BHIKKHU BODHI

Buddha & DhammaNya

Penerbit Dian Dharma

Bhikku Bodhi dilahirkan di New York pada tahun 1944. Meraih gelar BA (Sarjana Stratum Satu) dalam filosofi dan Brooklyn College (1966) dan Ph.D (Doktor) dalam filosofi dari Claremont Graduate School (1972). Di penghujung tahun 1972 beliau berangkat ke Sri Lanka, dimana beliau ditahbiskan sebagai rahib Buddhis oleh Ven. Balangoda Ananda Maitreya Mahanayaka Thera. Sejak tahun 1984 beliau menjadi editor Buddhist Publication Society di Kandy, dan sejak 1988 Beliau menjadi presidennya. Beliau adalah penulis, penerjemah dan penyunting banyak buku yang berdasarkan Buddhisme Theravada. Yang paling penting dari semua buku-bukunya adalah The Discourse on the All-Embracing Net of Views (1978), A Comprehensive Manual of Abhidhamma (1993). Beliau juga anggota The World Academy of Art and Science

Cetakan Pertama Maret 2006
Untuk Kalangan Sendiri

Buddha & DhammaNya

Penulis : Bhikkhu Bodhi
Penerjemah : Wahid Winoto
Layout & Grafis : Suyoto
Diterbitkan Oleh : Penerbit Dian Dharma
d/a. Vihara Ekayana Grha
Jl. Mangga II No. 8 Tanjung Duren
Barat Greenville-Jakarta 11510
Telp : 021-5687921-22 / 5640273

Penyesuaian layout untuk eBook oleh
Dhamma Citta, Juli 2006

DAFTAR ISI

1

Buddha

Manusia dan MisiNya

Buddhisme diawali dengan seorang Pangeran India yang dikenal kemudian sebagai Buddha, yang mengajar di India bagian timur laut pada abad ke-5 BC. Dua abad kemudian, dengan dukungan Kaisar Asoka, Buddhisme menyebar ke bagian yang lebih luas dari India dan dari sana menyebar jauh ke banyak negara di benua Asia. Dalam beberapa gelombang pasang-surut dari semangat misionari ia muncul dari negerinya India dan daerah-daerah subur lainnya, memberikan kepada orang-orang yang di antaranya menjadikan ia sebagai satu fondasi yang solid dari keyakinan dan kebijaksanaan untuk membangun di atasnya kehidupan mereka dan satu sumber inspirasi untuk mewujudkan pengharapan mereka. Mengenai hal-hal yang berbeda dalam sejarah, Buddhisme telah memerintahkan para pengikutnya di berbagai negara yang berbeda

secara geografis, etnis dan kultural seperti Afganistan dan Jepang, Siberia dan Kamboja (Kampuchea), Korea dan Sri Lanka, tetapi semua tertuju pada orang suci India yang sama (Buddha) sebagai guru mereka.

Meskipun karena alasan-alasan historis Buddhisme akhirnya lenyap dari India selama kurang lebih 12 abad, sebelum hilang ia telah telah sangat mempengaruhi Hinduisme. Pada zaman kita sekarang para pemikir India yang berbeda seperti Swami Vivekananda, Tagore, Gandhi dan Nehru memandang Buddha sebagai model (panutan). Pada abad ke 12 pula, sementara Buddhisme telah kehilangan banyak pengikutnya di Timur, ia mengalami dampak pertumbuhan dengan meningkatnya jumlah pengikut di Barat, dan dengan caranya yang damai ia berakar kuat di beberpa negara di belahan bumi Barat.

Dalam perjalanan sejarahnya yang panjang Buddhisme telah mengambil berbagai bentuk yang banyak. Dikarenakan karakternya yang damai dan tidak dogmatis, ia selalu beradaptasi dengan mudah dengan berbagai budaya yang telah ada sebelumnya dan praktik-praktik keagamaan di antara orang-or-

ang di tempat ia menyebar, pada gilirannya menjadi sumber budaya baru dan pandangan dunia yang baru. Jadi, Buddhisme telah sukses penuh dalam mengintegrasikan dirinya dengan budaya asli satu negeri sehingga sering sulit bagi kita untuk melihat benang (jalinan) yang sama yang mengikat bersama-sama bentuk-bentuk Buddhisme yang berbeda sebagai cabang-cabang dari agama yang sama. Permukaan luar sangat berbeda: dari Buddhisme Theravada Sri Lanka dan Asia Tenggara yang lembut dan seremonial, menuju praktik-praktik kontemplatif dan devosional dari Buddhisme Mahayana Timur Jauh, ke ritualisme misterius dari Buddhisme Vajrayana Tibetan. Namun, meski permukaan luar dari berbagai aliran Buddhis tersebut mungkin berbeda secara drastik, mereka semua tetap berakar pada satu sumber yang sama, kehidupan dan ajaran dari satu orang yang kita kenal sebagai Buddha.

Menakjubkan, meskipun Buddha berjarak waktu sangat jauh dari kita, lebih jauh daripada guru-guru berikutnya yang muncul untuk keagungan dalam sungai sejarah Buddhis, suaraNyalah yang paling banyak bicara kepada kita secara langsung, dengan

bahasa yang dapat kita mengerti secara langsung, dengan kata-kata, gambaran-gambaran, dan gagasan yang dapat kita respons dengan segera. Jika kita dapat menempatkan sisi demi sisi teks-teks dari ***Upanishad Chandogya*** dan Ceramah Buddha tentang Empat Kebenaran Mulia, yang mungkin berjarak waktu sekitar seratus tahun, yang **pertama** tampaknya datang dari lingkungan pergaulan kultural dan spiritual yang begitu jauh sehingga kita hampir tidak dapat memahaminya, sedangkan suara yang **kedua** seakan-akan seperti diucapkan minggu lalu di Bombay, London, atau New York. Buddha datang begitu dekat kepada kita dalam sikap dan perspektif. Sulit untuk percaya bahwa Beliau terpisah dari kita oleh jarak waktu 26 abad.

Bahwa ajaran Buddha akan selalu tetap relevan sepanjang era sejarah umat manusia yang terus berubah, bahwa pesannya tidak akan menjadi suram oleh bagian zaman yang curam, sudah tersirat di dalam gelar yang dengannya Beliau paling lazim dikenal. Karena kata “Buddha”, sebagaimana yang sangat dikenal, bukan satu nama yang tetapi sebuah gelar kehormatan yang berarti “Orang yang

Tercerahkan", "Orang yang Bangkit (Bangun)". Gelar ini diberikan kepada Beliau karena Beliau telah bangun dari tidur ketidaktahuan yang dalam dimana ketenangan dunia terserap; karena Beliau telah menembus kebenaran terdalam tentang kondisi manusia; dan karena Beliau mengumumkan kebenaran-kebenaran tersebut dengan tujuan untuk membangunkan orang-orang lain dan memampukan mereka untuk membagikan realisasi tersebut. Meskipun skenario-skenario sejarah sepanjang lebih dari 25 abad berubah, meskipun pandangan dunia dan pola pikir berubah-ubah dari satu zaman ke zaman berikutnya, kebenaran yang mendasar tentang kehidupan manusia tidak berubah. Kebenaran tersebut tetap konstan, dan dapat dikenali. Orang-orang yang cukup dewasa dapat merenungkan kebenaran itu dan orang-orang yang cukup cerdas dapat mengerti kebenaran itu. Karena alasan ini, bahkan pada zaman kita sekarang dengan ***jet travel***, teknologi komputer, dan ***genetic engineering*** kita, maka tepat sekali jika Yang Telah Bangun (Buddha) berbicara kepada kita dengan kata-kata yang berpengaruh, meyakinkan, terang sama seperti ketika kata-kata itu diproklamirkan pada masa lampau yang jauh di kota-kota dan desa-desa di India bagian timur laut.

1. Kehidupan Buddha

Meskipun kita tidak dapat menentukan dengan ketepatan yang persis masa kehidupan Buddha, banyak sarjana sependapat bahwa Beliau pernah hidup sekitar 563-483 BC, angka yang berkembang dari para sarjana yang mengikuti kronologi yang berbeda yang menempatkan tanggal-tanggal sekitar 80 tahun sesudahnya (sebelumnya diprediksi 623 BC-543 BC -Red). Sebagaimana layaknya seorang pemimpin spiritual yang membuat dampak kuat terhadap peradaban manusia, catatan tentang kehidupanNya yang telah sampai kepada kita telah disulam dengan mitos dan legenda, yang berperan untuk membawa keagungan dari ketinggian tingkat spiritualNya di hadapan mata batin kita. Meskipun demikian, menurut sumber-sumber tertua tentang kehidupan Buddha, Sutta Pitaka dari Kanon Pali, kita menemukan sejumlah teks yang darinya kita dapat menyusun sebuah gambaran yang benar-benar realistis tentang karirNya. Apa yang mencolok tentang gambaran yang diberikan oleh teks-teks tersebut adalah bahwa ia menunjukkan kehidupan Buddha sebagai satu rangkaian pelajaran yang nyata dan menyampaikan hal-hal yang esensial tentang ajaranNya. Dengan demikian, dalam

kehidupanNya sendiri, orang dan pesan bergabung bersama dalam satu kesatuan yang tidak dapat terpisahkan.

Guru dilahirkan di dalam suku Sakya di sebuah republik kecil yang terletak di kaki Pegunungan Himalaya, di sebuah daerah yang sekarang ini terletak di Nepal utara. Nama yang diberikan kepadaNya adalah Siddartha dan nama keluargaNya adalah Gautama. Legenda mengatakan bahwa Beliau adalah anak laki-laki seorang raja yang kuat, tetapi dalam kenyataan negeri Sakya merupakan sebuah republik *oligarchic* (pemerintahan oleh kelompok kecil), sehingga ayahNya mungkin adalah kepala perhimpunan para sesepuh yang memerintah. Pada zaman Buddha negeri Sakya telah menjadi bagian dari negeri Kosala yang kuat, yang berhubungan dengan Uttar Pradesh sekarang. Sutta paling tua pun menuturkan kepada kita bahwa kelahiran bayi diikuti dengan berbagai keajaiban. Tak lama setelah itu, seorang bijaksana bernama Asita datang mengunjungi bayi itu, dan mengenal tanda-tanda kebesaran di masa depan yang ada di tubuhnya, dia bersujud kepada anak itu dengan penuh hormat.

Sebagai pemuda istana, Pangeran Siddartha dinina-bobokkan dalam kemewahan. Ayahnya membangun untuknya tiga buah istana, satu istana untuk setiap musim dalam setahun, dan di sana dia sendiri menikmati bersama teman-temannya. Pada usia 16 dia menikahi sepupunya, putri Yasodhara yang cantik, dan menjalani hidup yang memuaskan di ibukota Sakya, Kapilavasthu; selama waktu itu mungkin dia berlatih dalam seni perang dan berbagai ketrampilan yang bersifat kenegaraan.

Namun, seiring dengan berlalunya sang waktu, ketika dia mendekati usia 30, pangeran menjadi semakin introspektif. Apa yang menjadi masalahnya ialah berbagai pokok persoalan yang sangat membakar yang secara umum kita pandang wajar –pertanyaan-pertanyaan mengenai tujuan dan arti hidup ini. Apakah tujuan hidup kita adalah untuk menikmati kesenangan-kesenangan sensual (indrawi), memperoleh kekayaan dan status, memanfaatkan kekuasaan? Atau adakah sesuatu diluar semua itu, yang lebih nyata dan penuh? Semua itu pastilah merupakan petanyaan-pertanyaan yang berlintasan di benaknya, karena kita menemukan perenungannya sendiri yang dicatat untuk kita dalam sebuah ceramah yang disebut “The Noble

Quest, Pencarian nan Luhur" (Majjhima Nikaya No. 26).

"Oh para bhikkhu, sebelum aku tercerahkan, diriku adalah subjek bagi kelahiran, usia tua, kesakitan dan kematian, subjek bagi penderitaan dan kekotoran batin, aku mencari apa yang merupakan subjek bagi kelahiran, usia tua, kesakitan dan kematian, subjek bagi penderitaan dan kekotoran batin.

"Kemudian aku merenung demikian: 'Mengapa, menjadi subjek bagi kelahiran . . . bagi kekotoran batin, aku mencari apa yang merupakan subjek bagi kelahiran . . . dan kekotoran batin? Seandainya itu, diriku sendiri menjadi subjek bagi kelahiran, setelah mengerti bahaya dalam apa yang merupakan subjek bagi kelahiran, aku mencari yang tidak dilahirkan, keselamatan tertinggi dari belenggu: Nibbana. Seandainya, diriku menjadi subjek bagi usia tua, kesakitan dan kematian, bagi penderitaan dan kekotoran batin, aku mencari yang tidak menjadi tua, yang tanpa kesakitan, tanpa kematian, tanpa penderitaan dan keadaan yang tidak ternoda, keselamatan tertinggi dari belenggu: Nibbana."

Demikianlah, pada usia 29, dalam kehidupan yang prima, dengan orang tuanya yang menangis, dia memotong rambut dan jenggotnya, mengenakan jubah saffron seorang petapa, dan memasuki kehidupan pertapaan yang tanpa rumah. Biografi Buddha yang berkembang menambahkan bahwa beliau meninggalkan istana tepat pada hari istrinya melahirkan bagi mereka anak laki-laki semata wayang yang bernama Rahula.

Setelah meninggalkan rumah dan keluarganya, Bodhisattva atau "pencari pencerahan" (sebagaimana kita menyebut dia sekarang) berjalan ke selatan menuju Magadha (sekarang Bihar), di tempat dimana kelompok-kelompok kecil para pencari kebenaran benar-benar mengejar pencarian mereka akan penerangan spiritual, yang biasanya dibawah bimbingan seorang guru. Pada waktu itu India bagian utara dapat membanggakan sejumlah guru besar ulung yang terkenal karena sistem filosofi mereka dan pencapaian mereka dalam meditasi. Pangeran Siddhartha mencari dua dari mereka yang paling menonjol: Alara Kalama dan Uddaka Ramaputra. Dari mereka dia mempelajari sistem meditasi yang mana, dari gambaran-gambaran di dalam teks,

kelihatannya telah menjadi Raja Yoga yang unggul. Bodhisattva menguasai ajaran-ajaran dan sistem meditasi mereka, tetapi meskipun dia mencapai tingkat-tingkat konsentrasi yang mulia (*samadhi*), dia menemukan bahwa ajaran mereka belum cukup, karena tidak membimbing menuju tujuan yang sedang dia cari: pencerahan sempurna dan realisasi Nibbana, yang membebaskan makhluk-makhluk hidup dari berbagai penderitaan.

Setelah meninggalkan kedua gurunya, Bodhisattva menempuh satu jalan yang berbeda, satu jalan yang terkenal di India zaman dahulu dan masih memiliki pengikut hingga kini: jalan asketisme, jalan penyiksaan diri, yang mencari dengan keyakinan bahwa kebebasan dimenangkan dengan menyakiti tubuh dengan kesakitan diluar batas normal yang dapat ditanggung. Selama enam tahun Bodhisatatva mengikuti metode ini dengan kebulatan tekad yang tak tergoyahkan. Dia berpuasa selama berhari-hari hingga tubuhnya tampak seperti skeleton (kerangka) yang terbungkus di dalam kulit; dia mengekspos dirinya di terik mentari tengah hari dan hawa dingin malam hari; dia memperlakukan tubuhnya dengan siksaan-siksaan yang

sedemikian rupa sehingga dia hampir memasuki gerbang kematian. Namun dia menemukan bahwa ketekunan dan ketulusannya dalam pertapaan itu sia-sia belaka. Kemudian dia mengatakan bahwa dia mengambil jalan penyiksaan diri yang lebih berat daripada semua petapa yang lain, tetapi jalan itu tidak membimbing menuju kebijaksanaan yang lebih tinggi dan pencerahan tetapi hanyalah mendapatkan kelemahan fisik dan kemunduran kecakapan-kecakapan mental.

Tak lama kemudian dia mencari jalan lain menuju pencerahan, jalan yang menyeimbangkan perhatian benar terhadap tubuh dengan kontemplasi yang berkesinambungan dan penyelidikan yang dalam. Beliau nantinya akan menamakan jalan ini “jalan tengah” karena ia menghindari kedua ekstrim: menuruti kesenangan hawa nafsu dan penyiksaan diri. Beliau telah mengalami kedua ekstrim tersebut. Ekstrim pertama sebagai pangeran. Ekstrim kedua sebagai seorang asketik (petapa), dan beliau mengetahui kedua ekstrim itu merupakan tepi-tepi (ujung-ujung) yang pada akhirnya mematikan. Namun, dengan mengikuti jalan tengah, beliau

menyadari bahwa pertama-tama yang harus beliau dapatkan kembali adalah kekuatan jasmaninya. Demikianlah dia menghentikan praktik penyiksaan diri dan kembali mengambil makanan bergizi. Pada waktu itu kelima petapa lain yang telah hidup bersama Bodhisattva berharap agar jika dia mencapai pencerahan dan akan melayani sebagai pembimbing mereka. Namun ketika mereka melihat dia mengambil makanan-makanan substansial (bergizi), mereka menjadi jijik dengan dia dan meninggalkannya, karena berpikir bahwa petapa yang pangeran itu telah menghentikan perjuangannya dan berbalik ke kehidupan mewah.

Sekarang dia telah sendiri, dan kesunyian yang penuh membolehkan dia untuk mengupayakan pencariannya tanpa terganggu. Suatu hari, ketika kesehatan jasmaninya telah pulih, dia mendekati sebuah tempat indah di Uruvela dekat tepi Sungai Neranjara. Di sanalah beliau mempersiapkan sebuah tempat duduk di bawah sebatang pohon *asvattha* (kemudian disebut Pohon Bodhi) dan duduk dengan kaki saling bersilang, membuat satu kebulatan tekad yang kuat bahwa dirinya tidak akan pernah bangun dari tempat duduk

itu sebelum dirinya memenangkan cita-citanya. Tatkala malam turun dia memasuki tingkat-tingkat meditasi yang lebih dalam dan semakin dalam hingga pikirannya tenang dan damai sepenuhnya. Selanjutnya, catatan-catatan memberitahukan kepada kita, pada waktu jaga pertama malam itu dia mengarahkan pikirannya yang terpusat ke ingatan akan kehidupan-kehidupannya yang lampau. Pelahan-lahan di sana terbuka di hadapan pandangannya yang dalam pengalaman-pengalamannya dalam banyak kelahiran lampau, bahkan selama banyak masa dunia; pada waktu jaga kedua di malam itu dia mengembangkan “mata-sempurna” yang mana dengannya dia dapat melihat makhluk-makhluk berlalu dan mengalami kelahiran kembali sesuai dengan karma mereka, perbuatan mereka; dan pada waktu jaga terakhir di malam itu dia menembus kebenaran terdalam tentang kehidupan, hukum-hukum yang paling mendasar tentang realitas, dan dengan demikian noda-noda batin yang paling halus terbuang dari pikirannya. Tatkala fajar menyingsing, figur yang duduk di bawah pohon bukan lagi seorang Bodhisattva, seorang pencari pencerahan, melainkan seorang Buddha, seorang Yang Tercerahkan secara

Sempurna, orang yang telah mencapai keadaan tanpa-Kematian dalam kehidupan sekarang juga.

Selama beberapa minggu Buddha yang baru saja tercerahkan itu tetap di sekitar Pohon Bodhi merenungkan Dhamma –Kebenaran yang dia temukan- dari berbagai sudut pandang yang berbeda. Kemudian Beliau datang ke persimpangan jalan yang baru dalam karier spiritualnya: Apakah dirinya harus mengajar, mencoba membagikan hasil realisasinya kepada orang lain, atau sebaliknya tetap di hutan dengan tenang, menikmati seorang diri kebahagiaan dalam kebebasan?

Pada mulanya pikirannya cenderung untuk menjaga ketenangan; karena beliau berpikir kebenaran yang telah direalisasinya itu benar-benar terlalu dalam bagi orang lain untuk mengerti, terlalu sulit untuk diekspresikan dalam kata-kata, dan beliau mempertimbangkan bahwa mencoba menyampaikan realisasinya kepada orang lain hanya akan melelahkan dirinya. Tetapi kemudian berbagai teks memperkenalkan sebuah elemen dramatis ke dalam sejarah. Tepat pada saat Buddha memutuskan untuk

tetap diam, satu makhluk dewata tingkat tinggi bernama Brahma Sahampati, Penguasa Seribu Dunia, menyadari bahwa jika sang Guru tetap diam maka dunia akan kehilangan, kehilangan jalan yang tanpa noda untuk mencapai kebebasan dari derita. Karena itu dia turun ke bumi, bersujud dalam-dalam di hadapan Yang Tercerahkan, dan dengan rendah hati memohon kepadaNya untuk mengajarkan Dhamma "demi kepentingan makhluk-makhluk dengan sedikit debu di mata (yang kotoran batinnya sedikit)".

Kemudian Buddha menatap dunia dengan pandanganNya yang dalam. Beliau melihat bahwa orang-orang itu ibarat teratai di sebuah kolam dengan tingkat-tingkat pertumbuhan yang berbeda, dan beliau mengerti bahwa sebagaimana sebagian teratai yang mekar di permukaan air hanya membutuhkan sinar mentari untuk muncul di atas permukaan air dan mekar sepenuhnya, demikian pula ada sebagian orang yang benar-benar butuh mendengar ajaran yang mulia untuk memenangkan pencerahan dan memperoleh kebebasan batin yang sempurna. Ketika Beliau mengetahui hal ini hatinya digerakkan oleh belas kasih yang dalam, dan beliau memutuskan kembali ke dalam dunia dan

mengajarkan Dhamma kepada orang-orang yang siap untuk mendengar.

Orang-orang pertama yang beliau dekati adalah teman-temannya yang dahulu, lima petapa yang telah meninggalkan beliau beberapa bulan yang lalu dan yang sekarang berdiam di taman rusa di Sarnath dekat Benares (sekarang Varanasi). Beliau menerangkan kepada mereka kebenaran-kebenaran yang baru saja beliau temukan, dan ketika mendengar ceramahnya mereka mencapai pandangan terang di dalam Dhamma, menjadi siswa-siswanya yang pertama. Dalam beberapa bulan berikutnya para pengikutnya melonjak dan membengkak karena para perumahtangga dan para asketik (petapa) mendengarkan pesan yang membebaskan, melepaskan keyakinan semula, dan menyatakan diri mereka sebagai para siswa dari Yang Tercerahkan (Buddha).

Masih tetap bertahan sekarang ini. Mungkin (bersama dengan ordo Jain) merupakan institusi tertua yang masih ada di dunia ini. Beliau juga menarik banyak pengikut awam yang menjadi para pendukung setia sang Guru dan Sanghanya.

Setiap tahun, bahkan dalam usianya yang lanjut, beliau terus mengembara di desa-desa, kota-kota kecil, dan kota-kota besar di dataran Gangga, mengajarkan kepada semua orang yang "bertelinga"[1]; beliau akan istirahat hanya selama tiga bulan musim hujan (yang lazim disebut masa vassa –Red), dan kemudian melanjutkan pengembaraannya, yang beliau mulai dari Delhi sekarang bahkan sejauh Bengala timur. Beliau membentuk sebuah Sangha, Ordo para bhikkhu dan bhikkhuni, yang untuknya beliau meletakkan pokok-pokok peraturan dan ketentuan-ketentuan yang unik. Ordo ini masih tetap bertahan sekarang ini. Mungkin (bersama dengan ordo Jain) merupakan institusi tertua yang masih ada di dunia ini. Beliau juga menarik banyak pengikut awam yang menjadi para pendukung setia sang Guru dan Sanghanya.

---

[1] Orang yang "bertelinga" adalah orang yang mampu mengerti Dhamma. Mereka sering pula disebut Makhluk yang Berakal Budi, yakni makhluk yang kotoran batinnya sedikit sehingga bisa melihat Cahaya Kemuliaan Dharma. Mereka-mereka itulah yang dapat dibimbing menuju tingkat-tingkat pencerahan yang sesuai dengan kemampuan dan persiapan mental mereka. Bagi mereka yang belum siap mencapai tingkat kesucian, setidak-tidaknya bisa dibimbing menuju pencapaian akhlak yang luhur: menjadi Manusia Susila.

Setelah pelayanannya yang aktif selama 45 tahun, pada usia 80 tahun, Buddha

meneruskan perjalanannya ke kota Kusinara di utara. Di sana, dikelilingi oleh banyak siswa, beliau memasuki “Nibbana dengan tidak ada elemen dari kehidupan berkondisi yang tersisa,” yang memutuskan ikatannya pada siklus kelahiran kembali untuk selama-lamanya.

Di atas telah saya katakan bahwa setiap kejadian utama dalam kehidupan Buddha memberikan kepada kita satu pelajaran utuh yang khusus dalam ajarannya. Sekarang saya ingin menggambarkan pelajaran-pelajaran yang diberikan oleh peristiwa-peristiwa tersebut.

Pertama, kesadaran Bodhisattva terhadap realitas-realitas yang kasar dalam kehidupan manusia –penemuannya tentang keterikatan kita pada usia tua, kesakitan (penyakit), dan kematian- mengajarkan kepada kita pentingnya perenungan yang dalam dan pikiran yang kritis. Kesadarannya mengingatkan kepada kita akan ketidaksadaran dimana kita biasanya hidup, tenggelam dalam aneka kesenangan dan perkara-perkara yang rendah, terlena pada “keasyikan besar” yang menggoda di hadapan kita pada setiap saat dalam kehidupan kita.

Kesadarannya mengingatkan kita bahwa kita sendiri harus keluar dari kokon (“rumah” yang membungkus ulat sutra -Red) ketidaktahuan yang nyaman tetapi berbahaya dimana kita telah berdiam; bahwa kita harus keluar dari keterlenaan pada usia muda, kesehatan, dan vitalitas; bahwa kita harus naik ke level yang baru dari pengertian yang dewasa yang akan memampukan kita untuk mencapai kemenangan gemilang dalam perang kita yang tak dapat dielakkan dengan Raja Kematian.

Kepergian Bodhisattva dari istana, “pelepasan agung”-nya menyajikan kepada kita pelajaran yang berharga. Hal tersebut menunjukkan kepada kita bahwa dari antara jajaran luas nilai-nilai yang dapat kita tarik untuk mengatur kehidupan kita, pencarian terhadap pencerahan dan kebebasan harus diposisikan di tempat teratas. Sasaran ini berperingkat jauh di atas kesenangan, kekayaan, dan kekuasaan yang biasanya kita beri prioritas, bahkan di atas panggilan tugas sosial dan tanggungjawab yang semestinya. Tentu saja ini tidak berarti bahwa setiap orang yang ingin mengikuti jalan Buddha harus siap untuk meninggalkan rumah dan keluarga dan mengambil gaya hidup seorang bhikkhu atau

bhikkhuni. Komunitas para siswa Buddha meliputi para umat awam atau perumahtangga (lazim disebut para upasaka dan upasika -Red) dan juga para bhikkhu dan para bhikkhuni, para umat awam laki-laki dan perempuan yang taat yang telah mencapai tataran-tataran tinggi dalam kesadaran sementara menjalani kehidupan yang aktif di dunia ini. Namun keteladanan Buddha menunjukkan kepada kita bahwa kita semua harus mengurutkan nilai-nilai kita sesuai dengan skala yang memberikan tempat tertinggi pada tujuan yang paling berharga, tujuan yang paling nyata di antara semua realitas: Nibbana, dan kita jangan pernah mengizinkan klaim dari tanggungjawab umum menjauhkan kita dari perjuangan aspirasi kita.

Berikutnya, enam tahun perjuangan Bodhisattva menunjukkan kepada kita bahwa pencarian tujuan tertinggi adalah satu perjuangan berat yang membutuhkan dedikasi yang tinggi dan usaha yang tak kenal lelah. Untunglah, Bodhisattva menemukan bahwa praktik penyiksaan diri merupakan satu latihan yang sia-sia, dan dengan demikian kita tidak perlu mengikuti beliau dengan cara ini. Namun pengejarannya akan kebenaran yang tanpa

kenal kompromi menggarisbawahi tingkat usaha yang dibutuhkan untuk mencari pencerahan, dan orang-orang yang mencari sasaran tersebut dengan kesungguhan yang penuh harus siap untuk menghadapi perjalanan latihan yang sulit dan keras.

Pencerahan Buddha mengajarkan kepada kita bahwa kebijaksanaan dan kebebasan tertinggi dari penderitaan adalah sebuah potensi nyata yang inheren di dalam manusia, satu hal yang dapat kita sadari untuk diri kita tanpa bantuan atau pemberian anugerah dari seorang juru selamat eksternal (dari luar). Pencerahannya juga menyinarkan gagasan tentang kesederhanaan yang sehat, “Jalan tengah,” yang mencirikan Buddhisme sepanjang sejarahnya yang panjang. Mencari kebenaran mungkin merupakan sebuah perjuangan yang sulit, satu hal yang merupakan tuntutan yang keras bagi kita, tetapi tidak meminta kita untuk merendahkan diri kita sendiri untuk menebus dosa dan menghukum diri kita sendiri. Kemenangan akhir harus dicapai, bukan dengan menyiksa tubuh, tetapi dengan mengembangkan pikiran, dan hal ini terjadi melalui satu perjalanan latihan yang menyeimbangkan perhatian terhadap tubuh

dengan pengembangan kecakapan-kecakapan spiritual kita yang lebih tinggi.

Keputusan yang Buddha buat setelah pencerahannya menyuguhkan pelajaran lain kepada kita. Pada titik kritis ini, ketika beliau berhadapan dengan pilihan untuk mempertahankan pencerahannya bagi diri sendiri atau mengambil tantangan untuk mengajar kepada orang lain, mandat belas kasih menang di dalam hatinya. Meninggalkan ketenangan hutan, beliau mengambil bagi dirinya beban untuk membimbing umat manusia yang tersesat menempuh jalan kebebasan. Pilihan ini telah mendatangkan dampak kuat yang luar biasa bagi perkembangan Buddhisme selanjutnya, karena sepanjang sejarahnya yang panjang semangat belas kasih telah menjadi denyut nadi dari dispensasi Buddha, semangat animasinya yang paling dalam. Adalah teladan belas kasih Buddha yang memotivasi para rahib Buddhis untuk melintasi laut, pegunungan, dan gurun pasir, dengan mempertaruhkan hidup mereka, untuk membagikan berkah-berkah Dhamma kepada mereka-mereka yang masih ada di dalam kegelapan. Contoh inilah yang mengilhami banyak kaum Buddhis dewasa ini, dengan

pelbagai macam cara yang banyak, bahkan kemudian mereka dapat mengekspresikan belas kasih mereka dengan tindakan-tindakan sederhana dari kebaikan hati dan menaruh perhatian kepada mereka-mereka yang kurang beruntung daripada diri mereka sendiri.

Pada akhirnya, kepergian Buddha, pencapaiannya dalam Nibbana akhir, mengajarkan kepada kita sekali lagi bahwa segala sesuatu yang berkondisi pasti berakhir, bahwa segala susunan (bentuk) bersifat tidak abadi, bahwa guru-guru spiritual yang terbesar pun tidak ada perkecualian terhadap hukum yang sering beliau nyatakan itu. Kepergian beliau juga mengajarkan kepada kita bahwa kebahagiaan dan kedamaian tertinggi hanya terjadi dengan melepaskan semuanya, melalui pembebasan dari segala sesuatu yang berkondisi. Karena ini merupakan jalan masuk terakhir untuk mencapai Yang Tidak Berkondisi, Yang Tanpa Kematian: Nibbana.

2. Misi Buddha

Pertanyaan mengapa ajaran Buddha terbukti sangat atraktif dan mendapatkan pengikut yang sedemikian besar di antara semua sektor masyarakat India timur laut ialah pertanyaan yang juga relevan bagi kita

sekarang. Bagi kita yang hidup di satu zaman ketika Buddhisme sedang menunjukkan daya pikat kuat dengan meningkatnya sejumlah orang, khususnya di antara orang-orang yang tingkat pendidikan dan kemampuannya untuk merenung telah membuat mereka tidak berbeda dengan tuntutan-tuntutan dari agama wahyu. Saya mempercayai sukses Buddhisme yang luar biasa, juga daya pikatnya pada zaman sekarang, pada hakikatnya dapat dimengerti dalam hubungan dengan dua faktor. Pertama, tujuan ajaran. Kedua, ciri-cirinya yang metodologis.

(i) Tujuan Ajaran

Berbeda dari yang disebut agama-agama wahyu, yang menitikberatkan pada keyakinan pada doktrin-doktrin yang tidak dapat dibantah, Buddha merumuskan ajarannya dengan satu cara yang secara langsung mengarah pada masalah-masalah yang kritis di jantung kehidupan manusia –masalah penderitaan- dan beliau menjamin bahwa orang-orang yang mengikuti ajarannya hingga akhirnya akan merealisasi kebahagiaan dan kedamaian tertinggi di sini dan saat ini. Semua persoalan lain yang diluar ini, seperti dogma-dogma teologis, keruwetan-keruwetan metafisik,

ritual-ritual dan peraturan-peraturan penyembahan, Buddha mengesampingkannya diluar karena tidak relevan dengan tugas utamanya, yaitu menyelesaikan masalah penderitaan.

Kebenaran Dhamma yang pragmatik secara jelas digambarkan di dalam berbagai teks dengan sebuah insiden yang berhubungan. Suatu ketika seorang bhikkhu bernama Malunkyaputta mengajukan pertanyaan-pertanyaan metafisik yang besar –apakah dunia ini abadi atau tidak abadi, terbatas atau tidak terbatas, dan lain-lain- dan dia merasa kecewa karena Buddha menolak menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut. Maka suatu hari Malunkyaputta pergi kepada Guru dan berkata kepadanya, “Anda menjawab pertanyaan-pertanyaan itu untukku atau aku meninggalkan Sangha.”

Buddha kemudian berkata kepada Malunkyaputta bahwa kehidupan spiritual tidak bergantung pada jawaban-jawaban atas pertanyaan itu, yang hanya merupakan selingan-selingan dari tantangan yang nyata untuk mengikuti sang jalan. Beliau kemudian membandingkan orang metafisik dengan orang

yang terpanah oleh anak panah beracun. Ketika para kerabatnya membawa obat penawar, orang itu berkata kepadanya, "Aku tidak membiarkan kamu mencabut anak panah ini sebelum kamu membolehkan aku mengetahui nama orang yang memanahku, jenis busur yang digunakan, dari bahan apa anak panah ini dibuat, dan jenis racun apa yang digunakan." Kata Buddha, orang itu akan mati sebelum anak panah tercabut; demikian pula dengan orang metafisik itu, yang tertancap oleh anak panah penderitaan, akan mati tanpa pernah menemukan jalan untuk mencapai kebebasan.

Buddha bukan hanya menjadikan penderitaan dan kebebasan dari penderitaan sebagai fokus ajarannya, tetapi beliau mencermati problem penderitaan dengan satu cara yang menunjukkan tingkat pengetahuan psikologis yang luar biasa. Seperti seorang psikoanalis, Buddha meruntut (menelusuri) penderitaan hingga akarnya di dalam pikiran kita, hingga nafsu keinginan dan keterikatan kita, dan beliau mengatakan bahwa cara pengobatan, solusi untuk problem penderitaan, juga harus diperoleh di dalam pikiran kita. Untuk mendapatkan kebebasan dari penderitaan dengan berdoa kepada suatu

makhluk tingkat tinggi, menyembah benda-benda suci (keramat), mengikatkan diri kita pada ritual dan upacara merupakan hal yang sia-sia. Karena penderitaan muncul dari kotoran-kotoran batin kita sendiri, kita harus menyucikan batin kita dari kotoran-kotoran tersebut, dari keserakahan, kebencian, dan ketidaktahuan, dan hal ini menuntut kejujuran batin yang sedalam-dalamnya.

Sementara agama-agama lain membimbing kita keluar -kearah gagasan-gagasan tentang satu makhluk tingkat tinggi yang menentukan nasib kita, atau ke abstraksi-abstraksi filosofis yang melangit seperti gagasan tentang satu diri universal atau realitas yang tidak mendua dimana semua perlawanan dipisahkan- Buddha membimbing kita kembali ke diri kita sendiri, selalu menjaga ajarannya selaras dengan fakta-fakta yang sulit dari pengalaman. Beliau menempatkan pikiran di muka analisisnya dan mengatakan bahwa pikiranlah yang mempolakan tindakan-tindakan kita, pikiranlah yang membentuk nasib kita, pikiranlah yang membimbing kita menuju kesengsaraan atau kebahagiaan. Titik awal dari ajarannya ialah pikiran yang umum, yang berada dalam keterikatan dan subjek bagi penderitaan; titik

akhirnya adalah pikiran yang tercerahkan, yang tersucikan sepenuhnya dan terbebaskan dari penderitaan. Seluruh ajarannya terbentang di antara kedua titik tersebut, mengambil rute yang paling langsung.

(ii) Ciri-ciri Khas Ajaran

1. Ketergantungan pada diri sendiri. Diskusi tentang tujuan dari ajaran Buddha ini membimbing kita pada ciri-ciri khas ajaran. Salah satu dari ciri-cirinya yang menarik, yang sangat berhubungan dengan orientasi psikologisnya, ialah penekanannya pada ketergantungan pada diri sendiri. Bagi Buddha, kunci untuk kebebasan ialah kesucian batin dan pengertian yang benar, dan karena alasan ini beliau menolak gagasan bahwa kita dapat memperoleh keselamatan dengan bergantung pada kekuasaan eksternal (di luar diri). Beliau bersabda, "Oleh diri sendiri kejahatan dilakukan, oleh diri sendiri seseorang menjadi tercemar. Oleh diri sendiri kejahatan tidak dilakukan, oleh diri sendiri seseorang tersucikan. Kesucian dan kecemaran tergantung pada diri sendiri; tak satu pun orang yang dapat menyucikan orang lain." (Dhammapada, v. 165).

Tekanan pada usaha manusia ini, pada kemampuan kita untuk membebaskan diri sendiri, adalah satu ciri yang berbeda pada Buddhisme awal dan memberikan satu penegasan yang menakjubkan tentang potensi manusia. Buddha tidak mengklaim suatu status keilahian bagi diri sendiri, maupun menyatakan bahwa dirinya adalah seorang pengantara bagi keselamatan manusia. Beliau mengklaim sebagai, bukan seorang juru selamat, tetapi seorang pembimbing dan guru, "Kamu sendiri yang harus berjuang, Buddha hanya sebagai penunjuk jalan. Mereka-mereka yang bermeditasi dan mempraktikkan sang jalan akan terbebaskan dari belenggu kematian" (Dhammapada, v. 276). Sepanjang pelayanannya beliau mendorong murid-muridnya "jadilah pulau bagi dirimu sendiri, berlindunglah pada dirimu sendiri, tanpa melihat pada satu perlindungan eksternal." Bahkan di ranjang kematiannya beliau memberikan kepada para pengikutnya sepotong nasihat terakhir: "Segala sesuatu yang berkondisi merupakan subjek bagi kelapukan. Capailah sasaran dengan ketekunan."

2. Penekanan pada pengalaman. Karena kebijaksanaan atau pandangan terang adalah

alat utama untuk pencerahan, Buddha selalu meminta kepada para siswanya untuk mengikuti beliau berdasarkan pengertian mereka sendiri, bukan karena ketaatan atau percaya begitu saja. Beliau menyebut Dhammanya "*ehipassiko*", yang berarti "datang dan lihat untuk dirimu sendiri". Beliau mengundang para penanya untuk menginvestigasi ajarannya, mengujinya dalam cahaya pertimbangan dan intelegensia mereka, dan untuk memperoleh konfirmasi tentang ajarannya bagi diri mereka sendiri. Dhamma dikatakan sebagai *paccatam veditabbo vinnuhiti* "dimengerti oleh orang bijaksana secara pribadi," dan ini membutuhkan intelegensia dan penyelidikan yang berkesinambungan.

Suatu kali Buddha tiba di kota orang-orang Kalama, yang telah dikunjungi oleh banyak petapa yang lain. Setiap guru yang berkunjung akan memuji ajaran mereka sendiri hingga setinggi langit dan menjatuhkan pandangan-pandangan para rival (saingan) mereka, dan hal ini membuat orang-orang Kalama sangat bingung. Maka tatkala Buddha tiba mereka mendatangi beliau, menerangkan dilemma mereka, dan memohon agar beliau dapat memberikan suatu bimbingan.

Buddha tidak memuji ajarannya sendiri dan menyerang para rivalnya. Sebaliknya beliau berkata kepada mereka, "Adalah wajar bagi kalian untuk menjadi ragu; keraguan telah muncul di dalam diri kalian tentang berbagai hal yang meragukan. Wahai orang-orang Kalama, janganlah bergantung pada tradisi lisan, atau pada silsilah para guru, atau pada kitab-kitab suci, atau pada logika abstrak. Janganlah menempatkan kepercayaan yang buta pada pribadi-pribadi yang mengesankan atau pada guru-guru yang terhormat, tetapi ujilah pokok bahasan tersebut bagi dirimu sendiri. Jika kalian tahu bagi diri kalian sendiri bahwa sesuatu itu tidak berguna dan membahayakan (merugikan), maka kalian harus menolaknya. Dan jika kalian tahu bagi diri kalian sendiri bahwa sesuatu itu baik dan berguna, maka kalian harus menerimanya dan mempraktikkannya."

3. Universalitas. Karena ajaran Buddha berhubungan dengan yang paling universal dari semua problem manusia, yakni problem penderitaan, beliau membuat ajarannya sebagai satu pesan universal, pesan yang dialamatkan kepada semua insan semata-mata dengan pertimbangan kemanusiaan. Pada waktu itu Buddha yang muncul di India

menyajikan ajaran-ajaran religius yang lebih tinggi, yang tercatat di dalam kitab-kitab Veda, yang dipelihara untuk para brahmana, golongan elit yang berkuasa yang melakukan pengorbanan-pengorbanan dan ritual-ritual untuk orang lain. Orang-orang awam diceritakan melakukan tugas-tugas mereka dengan satu semangat kemanusiaan dengan harapan agar mereka dapat memenangkan kelahiran kembali yang lebih menguntungkan dan dengan demikian dapat mengakses ajaran-ajaran keramat. Akan tetapi Buddha tidak menempatkan restriksi (batasan) pada orang-orang yang kepadanya beliau mengajarkan Dhamma. Beliau mengatakan bahwa apa yang membuat seseorang itu mulia adalah karakter dan perbuatannya pribadi, bukan keluarganya atau status kastanya. Dengan demikian beliau membuka pintu kebebasan bagi orang-orang dari semua kelas sosial. Kaum brahmana, raja-raja dan para pangeran, para pedagang, petani, pekerja (buruh), bahkan kaum candala (paria, kelompok diluar kasta yang dipandang oleh masyarakat Hindu sebagai yang berderajat paling rendah) – semuanya dipersilakan untuk mendengar Dhamma tanpa perbedaan, dan banyak dari kelas yang lebih rendah mencapai tingkat pencerahan yang tertinggi.

Di dalam masyarakat India yang lebih luas Buddha tidak mencoba mengabolisi sistem kasta, yang mana, ia tampaknya, belum dikembangkan menjadi sistem yang kompleks dan opresif seperti beberapa abad kemudian. Namun, beliau secara tegas menolak pandangan brahmana yang ortodoks bahwa status kelas seseorang menunjukkan nilainya yang hakiki. Di dalam Sangha, Ordo monastik, beliau menolak sama sekali semua perbedaan kelas sosial, dengan menyatakan, “ bagaikan air dari empat sungai besar yang mengalir ke samudra raya dan menjadi dikenal sebagai air samudra saja, demikian pula orang-orang dari semua kelas sosial, menjadi para bhikkhu dalam ajaranku, mereka melepaskan status sosial mereka dan selanjutnya hanya dikenal sebagai siswa-siswa Buddha.” (Udana 5-5).

Sebagai bagian dari proyek universalisnya, Buddha juga membuka pintu ajarannya bagi kaum hawa. Di antara para pengikut brahmanisme, ajaran-ajaran keramat merupakan dominasi kaum laki-laki. Kaum hawa untuk melakukan tugas-tugas rumah sepenuhnya, mengurusi suami dan ipar mereka, dan melahirkan anak-anak, terutama anak laki-laki. Mereka diluar dari melakukan

ritual-ritual vedik dan bahkan ajaran-ajaran Upanishad, dengan perkecualian-perkecualian yang jarang, yang merupakan hak prerogatif laki-laki. Sebaliknya Buddha mengajarkan Dhamma secara bebas kepada kaum adam maupun kaum hawa. Semula beliau meragukan untuk membangun ordo bhikkhuni, karena ini akan menjadi satu langkah radikal dalam zamannya, tetapi begitu beliau setuju untuk membangun sangha bhikkhuni, para perempuan dari semua status –para putri raja, ibu rumah tangga, dara-dara dari keluarga yang baik, pelayan-pelayan perempuan,, bahkan yang semula pelacur- pergi bergabung dan mencapai tujuan tertinggi.

4. Satu Kode Etik. Satu aspek dari universalisme Buddha berhak mendapat sebutan khusus: ini adalah konsepsinya tentang satu kode etik universal. Adalah sangat ekstrim untuk mengatakan bahwa Buddha adalah guru agama pertama yang merumuskan kode moral, karena kode-kode moral dari jenis-jenis yang berbeda telah diletakkan sejak awal peradaban. Namun mungkin tidak berlebihan untuk mengatakan bahwa Buddha adalah salah satu dari guru-guru paling awal yang memisahkan prinsip-prinsip moral dari pabrik

norma-norma sosial dan peradaban-peradaban komunal yang kompleks dengan mana mereka biasanya berhubungan.

Dengan kematangan pikiran yang tajam, Buddha menyediakan bagi kita satu prinsip abstrak untuk digunakan sebagai bimbingan dalam menentukan peraturan dasar moralitas. Ini adalah peraturan tentang "memperlakukan diri sendiri sebagai satu standar" untuk menentukan bagaimana memperlakukan orang lain. Dari prinsip yang abstrak ini, beliau mendasarkan empat peraturan utama dari kode moralnya: abstain dari membunuh, mencuri, pelanggaran seksual, dan berbohong. Untuk kepentingan kesejahteraan perorangan dan harmoni di masyarakat, Buddha menambahkan yang kelima: abstain dari minuman keras. Secara bersama-sama, semuanya itu memberikan kepada kita Lima Peraturan (Pancasila) kode moral yang mendasar dari Buddhisme.

Akan tetapi, Buddha tidak hanya memandang moralitas sebagai satu perangkat peraturan yang didasarkan pada pertimbangan yang sehat. Beliau mengajarkan bahwa ada hukum universal yang menghubungkan

perbuatan kita dengan "nasib" kita, yang menjamin bahwa penegakan moral akhirnya tersedia di dunia ini. Ini adalah hukum karma dan buahnya, yang menyatakan bahwa tindakan-tindakan intensional kita (yang disengaja) menentukan jenis kelahiran kembali yang kita ambil dan berbagai pengalaman yang kita alami dalam perjalanan hidup kita. Hukum ini benar-benar tak pandang bulu dalam operasinya. Ia tidak memberikan satu perlakuan yang istimewa; ia tidak mengenal VIP atau favorit-favorit, tetapi bekerja dengan uniformitas (keseragaman) mutlak terhadap semuanya. Mereka-mereka yang melanggar hukum moralitas –tidak peduli dari kelas tinggi atau kelas rendah, kaya atau miskin- memperoleh karma buruk dan pasti menderita sebagai akibatnya: kelahiran kembali yang buruk dan kesengsaraan di masa depan. Mereka-mereka yang taat pada peraturan moral, yang melakukan perbuatan bajik, memperoleh karma baik yang mengakibatkan keberuntungan di masa depan: kelahiran kembali yang baik, kehidupan yang bahagia, dan kemajuan di jalan menuju kebebasan akhir.

Untuk menyesuaikan orientasi psikologis dari ajarannya, Buddha memberikan perhatian

khusus pada pertumbuhan moralitas yang subjektif. Beliau menelusuri tingkahlaku amoral hingga tiga faktor mental yang disebut "tiga akar negatif", yakni: keserakahan, kebencian, dan delusi (pandangan sesat, ketidaktahuan); dan beliau menelusiri tingkahlaku yang baik hingga perlawanan mereka, tiga akar positif: tanpa keserakahan atau kemurahan hati, tanpa kebencian atau kebaikan hati, dan tanpa delusi atau kebijaksanaan. Beliau juga mengarahkan kita ke level interior yang lebih baik atau kesucian etis yang dapat dicapai dengan mengembangkan -dalam meditasi- empat sikap mulia yang disebut "kediaman brahma" (*Brahma-vihara*). Keempatnya adalah cinta kasih (*metta*), menginginkan orang lain bahagia dan sejahtera; belas kasih (*karuna*), menginginkan agar semua makhluk yang terjangkit penderitaan terbebaskan dari penderitaan; sukacita altruistik (*mudita*), bersukacita dalam kebahagiaan dan sukses orang lain; dan keseimbangan batin (*upekkha*), pikiran yang tidak memihak. Keempat sikap mulia itu harus dikembangkan secara universal kepada semua makhluk tanpa perbedaan atau diskriminasi.

Sebelum saya menutup ada satu lagi ciri dari metode Buddha yang ingin saya sebutkan.

Ini adalah apa yang dapat dinamakan "ketrampilan dalam pelbagai cara". Melalui pencapaian meditatifnya yang dalam dan kebijaksanaannya yang cemerlang, Buddha memiliki kemampuan khusus untuk menemukan cara yang cocok (pas) untuk mengajar orang-orang yang datang kepadanya untuk meminta bimbingan. Beliau dapat membaca apa yang tersembunyi di dalam lubuk hati seseorang, mencerap bakat dan minat orang itu, dan menentukan ajarannya dengan cara yang tepat yang dibutuhkan untuk mengubah orang itu dan membimbing dia di jalan kebebasan. Teks-teks menyuguhkan banyak contoh tentang ketrampilan pedagogik tertinggi dari Buddha. Di sini saya hanya akan menyajikan dua contoh yang terkenal.

Pertama adalah kasus Angulimala, seorang pembunuh berantai yang hidup di hutan Kosala di luar ibukota Savatthi. Angulimala berulang kali menyerang orang-orang yang melakukan perjalanan, membunuh mereka, dan memotong jari-jari mereka, yang ia untai menjadi sebuah kalung yang melingkari lehernya. Dia telah membunuh ratusan orang dan menimbulkan rasa takut di seluruh kerajaan. Dia "ingin mati atau hidup", tetapi tak

seorang pun yang memiliki keberanian untuk mendekati dia. Namun Buddha melihat dengan pandangan supra naturalnya bahwa Angulimala memiliki sisi lain dalam karakternya: betapa pun ganasnya dia, dia memiliki potensi yang tersimpan untuk menjadi seorang Arahat, seorang suci. Demikianlah, suatu hari, seorang diri, beliau berangkat ke hutan dimana Angulimala berdiam.

Tatkala Angulimala melihat Buddha, dia berpikir, "Ah, sekarang aku akan membunuh petapa ini dan memotong jarinya untuk kalungku." Dia mulai mengejar beliau dengan pisaunya yang diangkat di udara. Karena **Buddha**, sementara berjalan dengan pelahan, telah melakukan satu perbuatan besar dengan kekuatan batinnya yang sedemikian rupa sehingga Angulimala, yang mengejar dengan segenap kemampuannya, tidak dapat mendekati beliau. Angulimala mengejar dan mengejar tetapi tidak dapat memperpendek jarak sedikit pun. Kemudian dia berteriak, "Berhenti, petapa, berhenti!" Buddha menjawab, "Aku telah berhenti, Angulimala, kamu juga harus berhenti."

Pernyataan ini memiliki dampak kuat pada sang kriminal, dampak kuat yang menembus hingga ke dasar hatinya yang terdalam. Dia

menyadari bahwa petapa di hadapannya adalah guru kondang, Yang Tercerahkan, dan dia tahu bahwa Buddha telah datang kepada dirinya karena belas kasih, untuk menyelamatkan dirinya dari perbuatannya yang mengerikan. Dia melemparkan pisaunya, menyembah di kaki sang Guru, dan mohon untuk diterima sebagai seorang bhikkhu. **Buddha** menerima dia ke dalam Sangha dan setelah melalui satu periode waktu yang pendek Angulimala menjadi seorang Arahat, yang benar-benar bijaksana dan penuh belas kasih.

Kisah kedua berkenaan dengan perempuan bernama Kisagotami. Dia adalah seorang perempuan yang miskin yang telah menikah dengan satu keluarga yang kaya, tetapi dia tidak memiliki anak dan kemudian dihina oleh para iparnya. Hal ini membuat dirinya sangat menderita. Namun beberapa waktu kemudian dia hamil dan melahirkan seorang anak laki-laki, yang menjadikan sumber sukacita luar biasa bagi dirinya. Bahwa sekarang dia telah membawa satu ahli waris untuk kekayaan mereka, setiap orang lain dalam keluarga suaminya juga menerima dia. Namun beberapa bulan setelah kelahirannya anak itu mati, dan Kisagotami menjadi putus asa. Dia menolak

untuk mempercayai bahwa bayinya telah mati, tetapi meyakinkan diri sendiri bahwa anaknya hanya sakit. Maka dia pergi ke mana-mana meminta kepada orang-orang untuk memberi dirinya obat untuk anaknya.

Masyarakat kota menertawakan dia dan menghina dia, menyebutnya perempuan gila, hingga akhirnya dia tiba di hadapan Buddha. Ketika dia meminta Buddha untuk memberi obat, beliau tidak memberi dia satu khotbah indah tentang ketidakabadian. Buddha berkata kepadanya bahwa beliau sesungguhnya dapat membuat suatu obat untuk anaknya, tetapi lebih dahulu dia harus membawa kepadanya satu ramuan: biji-biji lada dari satu rumah yang belum pernah mengalami kematian satu pun dari anggota keluarnya. Cukup optimistik, dia pergi dari rumah ke rumah, meminta biji-biji lada. Di setiap pintu orang-orang siap memberi dia biji-biji lada, tetapi ketika dia bertanya kepada si pemberi apakah pernah terjadi kematian atas seseorang di dalam rumah itu, dia diberitahu, “Di sini seorang ayah telah mati, di sini seorang ibu telah mati, di sini seorang istri telah mati, di sini seorang suami telah mati, seorang saudara laki-laki, seorang saudara perempuan telah mati,” dan sebagainya.

Dia kemudian dapat mengetahui bahwa kematian merupakan "nasib" universal semua makhluk hidup, bukan sebuah bencana unik yang menimpa anaknya. Maka dia kembali kepada Buddha, sekarang menyadari tentang hukum ketidakabadian yang universal. Ketika Guru melihat dia kembali, beliau bertanya kepadanya, "Apakah kamu membawa biji-biji lada, Gotami?" Dan dia menjawab, "Melakukan kesibukan ini untuk biji-biji lada, guru. Berilah aku tempat perlindungan." Buddha menahbiskan dia sebagai seorang bhikkhuni, dan tak lama kemudian dia merealisasi tujuan tertinggi dan menjadi salah satu bhikkhuni yang paling eminen (unggul) di dalam Sangha atau Ordo Bhikkhuni.

Secara singkat, misi Buddha adalah membangun satu jalan menuju kesempurnaan spiritual, menuju pencerahan penuh dan Nibbana, kebebasan dari penderitaan. Beliau melakukan hal itu dengan mendalami satu ajaran yang memperkenalkan kapasitas kita untuk mencapai kesempurnaan spiritual yang juga masih tetap menghargai sepenuhnya intelegensia dan otonomi umat manusia. Pendekatannya bersifat psikologis dalam orientasi, tidak dogmatik, pragmatik, dan

terbuka terhadap investigasi. Beliau menekankan usaha sendiri, penegakan moral, dan tanggungjawab pribadi, dan beliau mengumumkan pesannya secara universal, menyatakan bahwa potensi untuk perkembangan spiritual dan bahkan untuk pencerahan tertinggi dapat dicapai oleh siapa saja yang melakukan usaha yang tepat. Faktor-faktor inilah yang memberikan kepada ajaran Buddha yang "kuno" kesan modern yang sedemikian jelas, yang membuatnya begitu relevan bagi kita pada berbagai zaman dengan gagasan-gagasan yang berubah dan nilai-nilai yang berganti.

* * * * *

Bab

2

Ajaran Buddha

Doktrin dan Jalan

Dalam pelajaran yang lalu saya mendiskusikan tujuan dan metodologi dari ajaran Buddha, tetapi saya hanya menunjukkan secara pintas substansi dan ajaran itu sendiri. Dalam pelajaran kali ini kita akan mengupas, melihat ajaran dengan lebih rinci, yang disebut Dhamma, "kebenaran", atau "hukum". Menguji ajaran dengan hati-hati itu penting terutama karena, sebagai pendiri yang saleh, Buddha berfungsi terutama sebagai seorang guru, bukan sebagai juru selamat pribadi, dan dengan demikian beliau memberikan keistimewaan tempat yang tinggi untuk ajarannya. Beliau bahkan bersabda, "Orang yang melihat Dhamma melihat aku, dan orang yang ingin melihat aku harus melihat Dhamma."

Dhamma dapat didiskusikan dalam dua *heading* utama. Satu adalah doktrin, dan yang lainnya adalah jalan praktik. Secara berturut-

turut keduanya mewakili aspek filosofis dan aspek praktis dari ajaran. Rumusan doktrin yang pokok adalah Empat Kebenaran Mulia[1]; rumusan praktik yang pokok adalah Jalan Mulia Berunsur Delapan. Bagaimanapun juga keduanya sangat berkaitan. Karena, seperti yang akan kita lihat, Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah yang keempat dari Empat Kebenaran Mulia, sementara tahap pertama dari Jalan Mulia Berunsur Delapan, pandangan benar, berarti mengerti keempat kebenaran tersebut.

1. Doktrin

Di antara keduanya, doktrin secara alami lebih dahulu ada, karena doktrin memperjelas konteks untuk praktik (latihan). Ketika Buddha memberikan ceramahnya yang pertama kepada kelima petapa di Benares (sekarang Varanasi), beliau mengatakan bahwa selama dia belum mengerti Empat Kebenaran Mulia dengan segala detailnya yang bermacam-macam, beliau tidak mengklaim bahwa beliau telah mencapai pencerahan sempurna; tetapi ketika beliau mengerti empat kebenaran secara lengkap, maka beliau mengklaim bahwa beliau telah mencapai pencerahan sempurna yang tiada bandingnya di dunia ini bersama para dewa dan manusianya. Dari pernyataan ini kita dapat

menilai pentingnya ajaran ini untuk mengerti pesan Buddha. Sesungguhnya, di pelbagai tempat Buddha mengatakan bahwa karena kita belum mengerti Empat Kebenaran Mulia maka kita telah mengembara begitu lama di dalam samsara yang tiada awal ini, sementara mereka-mereka yang menembus sepenuhnya empat kebenaran itu terbebaskan dari samsara (siklus kelahiran dan kematian).

Empat Kebenaran Mulia meliputi:

(1) kebenaran mulia tentang penderitaan
(2) kebenaran mulia tentang asal mula penderitaan
(3) kebenaran mulia tentang terhentinya penderitaan
(4) kebenaran mulia tentang jalan menuju terhentinya penderitaan

---

[1] Menurut Sangharakshita Mahasthavira, yang lebih tepat adalah Kebenaran Mulia Rangkap Empat, karena pada hakikatnya Kebenaran itu hanya Satu.

Formula ini membuatnya cukup gamblang bahwa Empat Kebenaran Mulia semuanya berkisar di sekitar satu subjek umum, yakni, problem penderitaan. Mereka memandang subjek ini dari empat segi yang berbeda: problem itu sendiri, penyebabnya, resolusinya, dan cara untuk melakukan resolusi.

Kata Pali yang saya terjemahkan sebagai penderitaan adalah *dukkha*, yang mana memiliki implikasi yang jauh lebih dalam dan lebih luas daripada kata penderitaan. Kata Pali tersebut semula berarti kesakitan, penderitaan, kesengsaraan, dan lain-lain. Namun Buddha mengambil istilah dari pemakaian umum ini dan membuatnya menjadi batu penjuru dari pandangan filosofis yang menyeluruh. Dalam konteks ajarannya, *dukkha* tidak hanya berarti penderitaan dan kesakitan, tetapi mengindikasikan satu ketidakpuasan yang mendasar di dalam akar kehidupan individu, satu catatan tentang ketidakcukupan yang terletak di belakang semua kesenangan dan pencapaian duniawi.

Alasan bahwa semua kondisi duniawi dikatakan sebagai dukkha, tidak cukup (kurang) dan tidak memuaskan, ialah karena semuanya itu tidak abadi dan tidak stabil, karena mereka tidak memiliki inti yang substansial atau diri yang tidak berubah; dan karenanya mereka tidak dapat memberikan kepada kita kebahagiaan yang abadi, jaminan keamanan terhadap perubahan dan kehilangan. Jadi, kata dukkha menunjukkan ketidaksempurnaan yang fundamental dalam

kehidupan. Ia menunjuk pada perbedaan antara keadaan ideal dari kebahagiaan yang permanen yang begitu kita dambakan, dan pengalaman hidup yang selalu melemparkan duri-duri dan *stump* di bawah kaki kita.

Kita tentu harus mengatakan lebih lanjut tentang kebenaran pertama ini, tetapi sekarang kita harus memperhatikan bahwa Empat Kebenaran Mulia secara bersama-sama cocok dalam satu pola yang sangat logis. Logika dari pola ini dipengaruhi oleh hukum sebab-akibat. Dua kebenaran pertama menunjukkan hukum sebab-akibat dalam hubungan dengan penderitaan dan keterikatan: pertama Buddha menerangkan efek, yaitu penderitaan, kemudian beliau menunjukkan sebab penderitaan, yaitu nafsu keinginan. Kedua kebenaran terakhir menunjukkan hukum sebab-akibat dengan respek pada kebahagiaan dan kebebasan: pertama, terhentinya penderitaan, yaitu Nibbana, dan kemudian cara untuk mencapai Nibbana, Jalan Mulia Berunsur Delapan.

Di sini Buddha membalikkan rangkaian sebab-akibat yang lazim karena, sebelum menunjukkan sebab-sebab mereka masing-

masing, beliau lebih dahulu ingin menyadarkan kita tentang fakta bahwa kehidupan kita diliputi oleh penderitaan dan bahwa kebebasan sepenuhnya dari penderitaan itu mungkin terjadi. Begitu kita dibawa untuk melihat bahwa kehidupan kita itu problematik, maka kita perlu mempelajari sebabnya untuk menyingkirkannya. Dan begitu kita mendapatkan keyakinan bahwa kebebasan dari penderitaan itu dapat dicapai, maka kita perlu mengetahui jalan yang harus kita ikuti untuk mencapai kebebasan.

Dalam hal ini, susunan Empat Kebenaran Mulia benar-benar paralel dengan formula yang digunakan seorang dokter untuk mengobati seorang pasien. Ketika seorang pasien datang kepada satu dokter untuk berobat, dokter mulai dengan menggunakan sebuah diagnosis: dia menentukan sifat penyakit yang membuat si pasien menderita. Hal ini berhubungan dengan kebenaran mulia pertama, dimana Buddha memberitahu kita bahwa persoalan pelik dalam kehidupan manusia ialah *dukkha* dan beliau menjelaskan berbagai jenis *dukkha* yang melanda kita. Setelah membuat satu diagnosis, dokter mempersiapkan satu aetiologi: dia berusaha melacak penyakit itu hingga

sebabnya. Ini persis dengan apa yang Buddha lakukan dalam kebenaran mulia kedua, dimana beliau melacak penderitaan hingga sebabnya dan menemukan sebabnya dalam nafsu keinginan.

Sebagai langkah ketiga dokter membuat satu prognosis: dia memutuskan apa yang harus dilakukan untuk mengobati penyakit. Ini seperti kebenaran mulia ketiga, dimana Buddha menyatakan bahwa penderitaan dapat diakhiri dengan membuang nafsu keinginan darimana ia muncul. Dan sebagai tahap keempat dan terakhir dokter menentukan resep untuk menyembuhkan penyakit. Hal ini persis dengan apa yang Buddha lakukan dengan kebenaran mulia keempat: beliau menentukan Jalan Mulia Berunsur Delapan sebagai obat untuk menyembuhkan penyakit penderitaan.

(i) Kebenaran Mulia tentang Penderitaan

Sekarang marilah kita memperhatikan dengan saksama empat kebenaran secara pribadi. Buddha biasanya menjelaskan kebenaran mulia pertama, tidak dengan satu keterangan, tetapi dengan menyebutkan satu demi satu jenis-jenis penderitaan yang berbeda yang kita hadapi dalam perjalanan hidup kita.

Beliau memulai dengan empat jenis penderitaan jasmani: kelahiran, usia tua, penyakit (kesakitan), dan kematian. Tidak ada keraguan bahwa tiga yang terakhir adalah penderitaan, karena kita semua sangat menyukai masa muda, kesehatan, dan kehidupan, dan merasa sedih ketika kondisi-kondisi tersebut berubah menjadi usia tua, penyakit, dan kematian yang tak dapat dielakkan. Kelahiran adalah penderitaan hanya karena ia adalah jalan menuju semua jenis penderitaan yang lain. Selanjutnya Buddha menyebutkan tiga jenis penderitaan batin: bersama dengan orang-orang dan kondisi-kondisi yang tidak disukai, berpisah dari orang-orang dan kondisi-kondisi yang disukai; dan tidak mendapatkan apa yang didambakan. Akhirnya beliau membuat pernyataan tegas untuk dimengerti: “Singkatnya, lima agregat yang tunduk pada kemelekatan (perpaduan lima unsur) adalah penderitaan.”

“Lima agregat yang tunduk pada kemelekatan” (*pancupadanakkhandha*) adalah komponen-komponen dasar dari kehidupan kita, elemen-elemen yang membentuk kehidupan kita. Kelimanya adalah: bentuk jasmani, perasaan, persepsi, faktor-faktor

volisional, dan kesadaran. Kelimanya disebut agregat, karena setiap komponen merupakan satu koleksi dari berbagai komponen, dan mereka digambarkan sebagai “subjek bagi kemelekatan” karena mereka merupakan sesuatu yang biasanya kita lekati dengan gagasan bahwa mereka adalah identitas pribadi kita, “diri” kita.

Seluruh pengalaman kita, kata Buddha, dapat dianalisis dalam kelima komponen tersebut. Tidak ada diri, satu atman, yang permanen -baik di dalam mereka maupun diluar mereka-. Kelima agregat itu semuanya anatta (anatman) –bukan “milikku”, bukan “aku”, bukan satu “diri”. Mereka adalah peristiwa-peristiwa yang tidak abadi, selalu berubah, muncul dan berlalu dalam pergantian yang cepat. Bentuk jasmani, atau tubuh, adalah rangkaian dari fenomena fisik yang berubah: *tissue* (jaringan), sel-sel, molekul-molekul, atom-atom, electron –muncul, berubah, dan lenyap. Begitu pula perasaan, persepsi, dan bentuk-bentuk pikiran, semua itu hanyalah peristiwa-peristiwa mental yang berubah, yang juga muncul dan lenyap setiap saat. Akhirnya, bahkan kesadaran –kecakapan kognisi yang mendasar- bukan satu diri abadi yang stabil

tetapi satu proses kesadaran, serangkaian peristiwa individual dari kognisi.

Karena kelima agregat tersebut –yang membentuk kehidupan kita- tidak abadi dan terus menerus mengalami proses kematian, Buddha mengatakan bahwa mereka semua adalah *dukkha* atau menderita. Mereka tidak mampu memberikan kebahagiaan permanen atau kepuasan sepenuhnya kepada kita. Kita tidak akan pernah menemukan kebahagiaan yang stabil dan abadi yang kita dambakan di dalam mereka.

Satu kata diperlukan di sini untuk mencegah salah pengertian. Ketika Buddha mengatakan bahwa semua keberadaan yang berkondisi adalah *dukkha*, beliau tidak mengartikan bahwa kita terus menerus mengalami kesakitan dan kesengsaraan. Beliau secara terbuka mengakui bahwa kehidupan meliputi kesenangan dan juga kesakitan, kebahagiaan dan juga kesengsaraan, keberhasilan dan kepuasan dan juga kegagalan dan frustrasi. Tetapi apa yang beliau pertahankan ialah bahwa pengalaman-pengalaman kita yang menyenangkan pun tidak abadi dan tidak dapat diganduli, dan semakin

kita berpegang kepada mereka kita membuat diri kita sendiri semakin mudah diserang kekecewaan di masa depan. Jikalau kita ingin melepaskan diri kita dari penderitaan, kita harus melihat di bawah permukaan dari kesenangan-kesenangan kita dan jangan hanya melihat permukaan mereka yang menyenangkan tetapi juga melihat bahaya-bahaya yang mengintip, lubang perangkap potensial yang digali oleh nafsu keinginan dan keterikatan kita.

Untuk memahami arti dari kebenaran mulia pertama menurut kedalaman dan keluasannya yang penuh, kita perlu memperhatikan fakta bahwa Buddha mengajarkan kelahiran kembali. Berdasarkan pencerahannya beliau mengumumkan dengan kata-kata yang tak dapat ditandingi bahwa semua makhluk hidup yang berada di dalam ketidaktahuan dan nafsu keinginan masih tetap merupakan subjek untuk terus mengembara di dalam samsara, lingkaran (siklus kelahiran kembali). Proses kehidupan yang berulang (*punarbhava*) ini telah berlangsung sepanjang masa yang tak berawal, dengan tidak ada kreasi dan titik awal. Tidak ada jiwa yang berpindah melalui lingkaran kehidupan, tidak ada diri

yang permanen yang pergi dari satu kehidupan menuju kehidupan berikutnya sambil memelihara identitasnya yang hakiki. Namun tanpa suatu diri atau jiwa, arus kehidupan mengalir dari satu kehidupan menuju kehidupan berikutnya sebagai satu kesinambungan yang tak terpisahkan. Kesadaran terus berlangsung seperti sebuah arus yang selalu berubah, mengalami kelahiran kembali dalam satu model makhluk atau lainnya sebagaimana yang ditentukan oleh karma yang dikembangkan oleh seseorang dalam perjalanan hidupnya.

Penegasan tentang proses kelahiran kembali yang tak berawal ini memberikan sebuah dimensi kedalaman ekstra pada kebenaran mulia pertama; karena ia menyiratkan bahwa aneka derita yang kita alami dalam satu kehidupan tertentu pasti berlipatganda dengan jumlah yang tak terbatas. Kita terus menerus mengalami kelahiran, usia tua, penyakit (kesakitan), dan kematian; dan kita terus menerus mengalami kesengsaraan, kesedihan yang mendalam (dukacita), kesakitan, kehancuran-hati dan keputus-asaan. Kadang-kadang kita ingin dilahirkan dengan berbagai kondisi yang menyenangkan,

bahkan sebagai dewa yang berkuasa atau brahma di surga tertinggi. Di sana kita bisa hidup selama beribu-ribu tahun dengan mendapatkan segala kesenangan dan kekuasaan yang kita inginkan. Akan tetapi hidup di mana pun pada akhirnya berhenti pula –para dewa pun pasti mati dan berlalu (dari alam surga)- dan selanjutnya kita bergerak menuju satu kehidupan baru dimana kita kembali menghadapi berbagai prospek tentang kelahiran, usia tua, dan kematian, dan mungkin bahkan penderitaan yang sangat menyakitkan yang tak tertahankan.

Untuk mendapatkan kebahagiaan dan kedamaian sempurna, kita harus mencapai kebebasan dari samsara; kita harus membebaskan diri dari keterikatan kita pada "lima agregat." Ini membawa kita pada kebenaran mulia kedua.

(ii) Kebenaran Mulia tentang Asal-mula Derita

Kebenaran mulia ini adalah kebenaran tentang asal-mula atau sebab derita, dan di sini Buddha menyatakan bahwa nafsu keinginan (kehausan) adalah asal-mula (sumber) derita. Marilah kita mempertimbangkan kata-kata

Buddha: "Apakah kebenaran mulia tentang asal-mula derita? Ia adalah nafsu keinginan, yang menghasilkan kehidupan berulang-ulang, yang terikat dengan kesenangan dan keserakahan, dan mencari kesenangan di sini dan di sana; yaitu, nafsu keinginan terhadap kenikmatan-kenikmatan sensual (indrawi), nafsu keinginan pada kehidupan, dan nafsu keinginan pada pemusnahan diri."

Kata Pali *tanha* secara literal berarti kehausan. Jadi nafsu keinginan merupakan keinginan yang buta, keinginan yang egois (dan juga ego-sentris –Red), satu kehausan yang tanpa dasar yang mana selalu mencari kenikmatan terus dan terus. Buddha menyebutkan secara berurutan tiga jenis nafsu keinginan. Pertama, nafsu keinginan terhadap kenikmatan sensual, keinginan pada objek-objek indria yang menyenangkan. Kedua, nafsu keinginan terhadap kehidupan, yaitu keinginan untuk terus bereksistensi (hidup), untuk terus menerus mengalami, keterikatan yang begitu kuat pada kehidupan dan tubuh. Ketiga, nafsu keinginan akan pemusnahan diri, yaitu keinginan akan eksterminasi (pelenyapan), yang muncul ketika hidup menjadi sangat menderita sehingga seseorang mencari

penghiburan dengan mengadopsi pandangan bahwa dalam kematian eksistensi pribadinya berakhir secara total.

Nafsu keinginan dapat dimengerti sebagai penyebab untuk penderitaan dalam dua level yang berbeda: level psikologis dan level "eksistensial". Pertama, menurut level psikologis, kita melihat dengan jelas bahwa nafsu keinginan mendasari semua kesengsaraan, ketakutan, kekhawatiran, dukacita (kesedihan yang dalam), dan *distress* (keadaan yang sulit/berbahaya). Nafsu keinginan menyebabkan kesengsaraan ketika kita berpisah dari orang-orang dan hal-hal yang kita cintai, ketika harapan kita mengecewakan, ketika keinginan kita tidak terpenuhi. Tepat pada saat nafsu keinginan terhadap sesuatu muncul di dalam pikiran, kita mengalami ketidakpuasan, yang membuat kita berjuang untuk mendapatkan objek yang kita inginkan. Kemudian, ketika mendapatkan objek yang kita inginkan, kita harus memproteknya dari kehilangan dan kehancuran, dan dengan demikian nafsu keinginan naik tingkat menuju keterikatan dan kegelisahan, yang menyatu sepenuhnya bersama *dukkha*. Akhirnya, ketika kita kehilangan orang-orang dan segala sesuatu

yang kita cintai, kita mengalami penderitaan yang intens (kuat), yang merupakan kesakitan yang mencabit-cabik hati dan kesedihan yang mendalam.

Dengan demikian nafsu keinginan merupakan penyebab penderitaan di tingkat psikologis. Namun melihat secara lebih dalam, Buddha melihat bahwa nafsu keinginan memainkan satu peran yang lebih momentus (penting) dalam menimbulkan penderitaan. Karena nafsu keinginan merupakan penentu yang mendasari proses kehidupan, yang mendasari lingkaran kehidupan berulang-ulang; ia adalah mesin yang besar sekali yang mempertahankan samsara, lingkaran kelahiran dan kematian, dalam gerakannya yang terus menerus. Selama tubuh ini hidup, kita selalu mendambakan kesenangan dan kekuasaan, mendambakan berbagai pengalaman yang lebih bervariasi, dan dengan demikian nafsu keinginan menggunakan perpaduan tubuh dan pikiran sebagai kendaraannya untuk mendapatkan kenikmatan. Namun tatkala tubuh hancur dan tak berfungsi di saat kematian, nafsu keinginan tidak dapat menggunakannya lagi sebagai kendaraannya. Akan tetapi, selama bara nafsu keinginan

masih menyala, arus kesadaran, aliran kehidupan, sama sekali tidak berakhir pada saat kematian. Selanjutnya, apa yang terjadi adalah bahwa nafsu yang rendah itu membawa arus kesadaran menuju satu tubuh baru, satu organisme psikologis, organisme yang sesuai dengan karma yang diakumulasi oleh orang yang mati selama masa hidupnya. Dengan demikian keinginan rendah menyebabkan kelahiran kembali, dan begitu kelahiran kembali terjadi seluruh proses dimulai lagi: bertumbuh lagi, menjadi tua lagi, sakit lagi, mati lagi; pendeknya satu siklus penderitaan yang baru.

Menurut Buddha tidak ada diri substansial (hakiki) yang berpindah dari satu kehidupan menuju kehidupan berikutnya. Namun ini tidak berarti kelahiran kembali tidak dapat terjadi. Kehidupan merupakan satu proses, sebuah arus pembentukan, dan selama kondisi-kondisi yang menyokong proses itu tetap utuh, kesinambungan proses –kata lain untuk kelahiran kembali- tak dapat dielakkan mengikuti kematian. Buddha mengajarkan, dua kondisi utama untuk kelahiran kembali, adalah ketidaktahuan dan keinginan rendah. Karena ketidaktahuan, kita secara salah

membayangkan segala sesuatu bersifat permanen, menyenangkan, dan substansial (bersifat hakiki); kita memandang diri sendiri sebagai satu diri yang nyata atau merasa memiliki diri yang nyata. Karena nafsu (keinginan) rendah kita terikat erat-erat pada kehidupan kita dan selalu mengejar serentetan kesenangan dan kesukaan yang menyegarkan. Akibat dari ketidaktahuan dan kehausan (keinginan rendah), berlawanan dengan harapan-harapan indah kita, adalah kelahiran kembali dan penderitaan lagi. Itulah alasan mengapa kehausan (nafsu rendah), yang ditopang dan dipelihara oleh ketidaktahuan, disebut asal-mula penderitaan.

(iii) Kebenaran Mulia tentang Terhentinya Penderitaan

Kebenaran Mulia ketiga, terhentinya penderitaan, secara logis merupakan rangkaian dari kebenaran mulia kedua. Karena jika keinginan rendah merupakan penyebab penderitaan, maka cara untuk mengeliminasi penderitaan adalah dengan mengeliminasi keinginan rendah. Karena itu Buddha mengatakan, “Apakah kebenaran mulia tentang terhentinya penderitaan itu?” Ia adalah pelenyapan total dan terhentinya keinginan

rendah tersebut, kepergiannya, pelepasannya, tanpa keterikatan terhadapnya dan kebebasan darinya."

Terhentinya penderitaan adalah Nibbana, kebahagiaan dan kedamaian tertinggi. Pencapaian ini dapat dimengerti dalam dua level, berhubungan dengan dua level dimana keinginan rendah merupakan penyebab penderitaan.

Pertama, level psikologis: tatkala keinginan rendah tereliminasi, akibatnya semua penderitaan mental (batin) yang disebabkan oleh keinginan rendah secara otomatis juga tersingkirkan. Pikiran terbebaskan dari demam akan kesenangan hawa nafsu dan mencapai kebebasan dari kesenangan hawa nafsu (*viraga*); terbebaskan dari segala kesengsaraan, ia menjadi bukan kesengsaraan (*asoka*); terbebaskan dari segala belenggu, ia menikmati kedamaian dan keselamatan tertinggi (*anuttara yogakkhema*). Ini adalah keadaan batin Arahat, "the worthy one" ("orang yang mulia"), orang yang telah mencapai Nibbana dalam kehidupan sekarang juga. Karena terbebaskan dari ketidaktahuan dan keinginan rendah, seorang Arahat tidak akan pernah lagi dikuasai oleh

ketakutan, kegelisahan, kekecewaan dan kekhawatiran.

Kedua, level eksistensial atau ("biologis"): Dengan hancurnya tubuh di saat kematian, proses kehidupan seorang Arahat benar-benar berakhir. Setelah melalui waktu yang tak berawal, siklus kelahiran kembali terhancurkan. Sekarang sang Arahat mencapai keadaan Nibbana, dimana tidak ada residu (sisa) dari elemen-elemen kehidupan yang berkondisi. Kontinum (rangkaian kesatuan) lima agregat berakhir dan di sana hanya ada elemen yang tidak mati, yang Buddha sebut Yang Tidak Dilahirkan, Yang Tidak Diciptakan, Yang Tidak Menjadi, Yang Tidak Berkondisi. Ini adalah tujuan final ajaran Buddha dan puncak disiplinnya.

(iv) Kebenaran Mulia tentang Jalan menuju Terhentinya Penderitaan

Kebenaran mulia keempat mengajarkan bagaimana mencapai Nibbana, bagaimana merealisasi Keadaan yang tanpa kematian. Ini adalah cara pengobatan Buddha terhadap penyakit penderitaan. Cara itu adalah Jalan Mulia Berunsur Delapan yang mencakup delapan faktor: pandangan benar, tujuan benar,

ucapan benar, perbuatan benar, mata-pencaharian benar, usaha benar, kesadaran benar, dan konsentrasi benar. Sebuah diskusi tentang Jalan Mulia Berunsur Delapan membawa kita ke aspek mayor kedua dari ajaran Buddha, jalan praktik.

* * * * *

2. Sang Jalan

Karena penderitaan berawal dari keinginan rendah, tujuan menyusur jalan Buddhis ialah untuk mengeliminasi keinginan rendah (duniawi). Ini bukan cara (aturan) hidup pertapaan dengan represi dan penyiksaan diri yang kuat, tetapi latihan yang higenik dan bermanfaat yang secara pelahan-lahan mengubah perbuatan, sikap mental dan pengertian seseorang –singkatnya kualitas subjektif pada seluruh kehidupan seseorang-menjadi perbuatan, sikap mental dan pengertian seorang *ariya*, seorang yang suci dan mulia. Buddha menamakan Jalan Mulia Berunsur Delapan "jalan tengah", karena jalan tersebut menghindari dua ekstrim: menuruti kesenangan hawa nafsu dan penyiksaan diri dalam pertapaan.

Namun demikian, sang jalan bukan sekadar kompromis (penengah) di antara kedua ekstrim, tetapi suatu disiplin yang benar-benar bijaksana untuk perubahan pribadi yang menggabungkan *rectitude* moral dengan latihan pikiran yang keras dan pengetahuan yang dalam terhadap sifat sejati kehidupan. Buddha menyebut ini jalan yang baik, karena bersih dan bermanfaat pada permulaan, pertengahan, dan akhir. Ia juga merupakan jalan yang bahagia, karena semakin maju seseorang di jalan itu dia semakin mengalami sukacita, kebahagiaan, dan kedamaian.

Seperti yang baru saja saya katakan di atas, tujuan sang jalan ialah untuk menyingkirkan keinginan rendah (hawa nafsu). Sekarang tujuan ini mungkin menghadirkan satu problem yang amat berat karena keinginan rendah telah masuk begitu dalam di dalam pikiran kita sehingga kita tidak dapat menyingkirkannya hanya dengan satu tindakan dari kemauan. Namun, Buddha menemukan bahwa keinginan rendah, sekuat apa pun, tetap saja berkondisi; ia menggantungkan eksistensinya pada kondisi-kondisi, ia dipelihara oleh berbagai kondisi, dan kondisi primer tempat ia bergantung adalah

ketidaktahuan (*avijja*). Ketidaktahuan bukan hanya tidakadanya pengetahuan tentang fakta-fakta tertentu. Lebih dari itu, ia adalah satu kebutaan di sebelah dalam (batiniah) terhadap segala sesuatu sebagaimana mereka sebenarnya, satu disposisi (kecenderungan) untuk melihat segala sesuatu dengan cara-cara yang terdistorsi, mencerap dan menafsirkan pengalaman melalui filter-filter yang diciptakan oleh keinginan kita yang tercemar dan sudut pandang yang ego-sentris. Untuk mengeliminasi ketidaktahuan, apa yang harus kita lakukan ialah menumbuhkan pengetahuan atau kebijaksanaan (*nana, panna*), bukan hanya pengetahuan konseptual, bukan satu akumulasi informasi faktual yang terinci, tetapi pengetahuan langsung, yang menembus di bawah penampakan segala sesuatu dan melihat mereka sebagaimana adanya.

Jalan Mulia berunsur delapan merupakan strategi Buddha untuk menghasilkan pengetahuan ini. Dalam khotbahnya yang pendek beliau menggambarkan sang jalan sebagai "yang membimbing menuju pandangan, yang membimbing menuju pengetahuan." Delapan faktor yang membentuk sang jalan bukan langkah-langkah yang harus diikuti

secara berurutan; sebaliknya mereka adalah elemen-elemen dalam satu jalan integral nan tunggal. Meskipun pada permulaan mereka membuka (terbentang) dalam suatu jenis rangkaian, begitu latihan mencapai satu tingkat kematangan yang tinggi kedelapan faktor itu beroperasi secara serempak, dengan setiap faktor mendukung dengan caranya sendiri yang unik terhadap efikasi (kegunaan) total dari sang jalan.

Secara pasti, Jalan Mulia Berunsur Delapan membutuhkan kuliah sekurang-kurangnya satu jam pelajaran penuh. Di sini saya harus sangat singkat dan hanya dapat memberi sedikit gagasan tentang apa yang berhubungan dengan sang jalan.

Faktor 1 dari sang jalan ialah pandangan benar atau pengertian benar (*sama-ditthi*). **Buddha** menempatkan faktor ini di awal dari sang jalan karena dalam rangka berlatih Dhamma kita harus mulai dengan sebuah pengertian konseptual yang jelas tentang dimana kita berdiri dan dimana kita memulai lebih dahulu. Ini adalah seperti melakukan perjalanan dari satu kota ke kota lain. Jika anda ingin menyetir dari Hyderabad menuju Madras,

anda harus tahu arah dan jalan-jalan umum menuju kota itu. Jikalau anda hanya berada di dalam mobil dan menyetir ke suatu arah yang anda inginkan, sulit dipercara kalau anda dapat mencapai tujuan anda. Kemungkinan besar anda akan kesasar.

Begitu pula kita memulai perjalanan besar menuju pencerahan dengan pandangan benar. Pandangan benar memiliki dua level, yang mana keduanya penting sekali untuk mengikuti jalan Buddha menuju tujuannya. Yang pertama, jenis pandangan benar yang lebih rendah, adalah mengerti prinsip karma dan akibat-akibatnya. Ini berarti memahami bahwa kita bertanggungjawab terhadap perbuatan-perbuatan kita yang disengaja, bahwa perbuatan yang baik maupun yang buruk membawa akibat yang sesuai dengan sifat etis dari perbuatan-perbuatan tersebut, bahwa kehidupan kita tidak berakhir dengan kematian tetapi berlanjut dalam bentuk-bentuk yang lain dimana kita memetik buah-buah dari perbuatan-perbuatan kita yang buruk maupun yang baik. Artinya menerima objektivitas dari perbedaan-perbedaan moral antara perbuatan yang baik dan yang buruk; menerima bahwa aneka perbuatan dapat dibedakan dalam

hubungannya dengan kualitas-kualitas moralnya; menyadari bahwa perbuatan-perbuatan kita memiliki kapasitas untuk memproduksi pelbagai akibat. Hubungan-hubungan mendasar yang diposisikan oleh ajaran tentang karma ialah bahwa perbuatan baik membawa kebahagiaan dan kelahiran kembali yang baik, sementara perbuatan buruk membawa penderitaan dan kelahiran kembali yang buruk.

Jenis pandangan benar yang lebih tinggi ialah mengerti Empat Kebenaran Mulia itu sendiri. Hal ini memungkinkan kita untuk melihat situasi eksistensial kita sebagaimana adanya, mengetahui bahwa kita menderita karena keinginan rendah kita sendiri, dan melihat bahwa untuk mencapai kebebasan dari penderitaan kita harus mengeliminasi keinginan rendah dengan menyusuri Jalan Mulia Berunsur Delapan. Pandangan benar yang lebih tinggi ini mulanya hanya sebagai pengertian konseptual tentang berbagai kebenaran (doktrin), tetapi ketika praktik menjadi matang dan pengetahuan yang dalam (pandangan terang) muncul, ia berubah menjadi pandangan eksperimental tentang berbagai kebenaran.

Pandangan benar secara alami membawa ke Faktor 2 dari sang jalan: maksud benar atau tujuan benar (*samma sankappa*). Ketika kita mengerti eksistensi kita dalam perspektif yang benar, maka pengertian kita memodifikasi kehidupan volisional kita, dan kita mengalami suatu perubahan dalam tujuan dan motivasi kita. Buddha menyebutkan tiga jenis motivasi yang termasuk tujuan benar: (i) tujuan pelepasan (dari kehidupan duniawi), keinginan untuk menjadi bebas dari sensualitas dan keinginan yang egois; (ii) tujuan untuk kemurahan hati, keinginan luhur untuk mensejahterakan dan membahagiakan makhluk-makhluk lain; dan (iii) keinginan untuk tidak menyakiti, keinginan yang didasari belas kasih agar orang lain bebas dari kesakitan dan penderitaan, keinginan untuk hidup dengan satu cara yang tidak menimbulkan penderitaan pada makhluk hidup apa pun.

Kedua faktor tersebut, pandangan benar dan tujuan benar, adalah pokok awal dari latihan, karena mereka memberikan arah untuk diikuti oleh semua faktor lainnya. Tiga faktor berikut berjalan bersama sebagai satu *set* karena mereka semua berhubungan dengan moralitas (*sila*), dengan tingkah laku yang tepat.

Faktor 3 ialah ucapan benar (*samma vaca*), yang memiliki empat komponen, masing-masing dengan satu sisi negatif dan satu sisi positif: (i) abstain dari ucapan salah, dan sebagai gantinya mengucapkan kebenaran (kata-kata yang benar); (ii) abstain dari kata-kata divisif (bersifat memecahbelah), dan mengucapkan kata-kata yang menimbulkan harmoni; (iii) abstain dari ucapan kasar, dan berbicara dengan lembut' dan (iv) abstain dari obrolan kosong (sia-sia), dan mengucapkan kata-kata yang berarti pada kesempatan yang tepat.

Faktor 4 ialah perbuatan benar (*samma kammanta*), yang memiliki tiga komponen: (i) abstain dari pembunuhan, sebagai gantinya bertindak dengan lembut dan berbelaskasih; (ii) abstain dari pencurian, dan menjalankan kejujuran; (iii) abstain dari pelanggaran seksual, yang mana bagi seorang umat awam berarti menghormati hak-hak marital (yang berhubungan pernikahan) orang lain, dan bagi seorang bhikkhu atau bhikkhuni berarti menjalani hidup selibat sepenuhnya.

Faktor 5 adalah mata-pencaharian benar (*samma ajiva*), yang Buddha jelaskan sebagai mencari penghasilan dengan pekerjaan yang

benar dan bersih, penghasilan yang tidak menyebabkan kerugian atau panderitaan pada makhluk-makhluk lain. Buddha secara khusus menyebutkan lima perdagangan yang harus dihindari oleh umat awam: berdagang senjata, makhluk hidup (budak), daging, minuman keras dan racun.

Tiga faktor terakhir dari sang jalan juga bekerja bersama-sama sebagai satu kelompok, karena ketiganya memiliki satu tujuan yang sama: penyucian batin dan pencapaian konsentrasi (*samadhi*). Buddha menekankan pentingnya konsentrasi karena untuk melihat segala sesuatu dalam keadaannya yang sebenarnya pikiran harus secara terus menerus disatukan dan difokuskan pada objek pengamatan. Jika pikiran goyah (mudah terombang-ambing), tergoda dan bimbang, dikuasai oleh dorongan-dorongan impulsif dan pemikiran-pemikiran yang bodoh, pandangan terang yang bersifat menembus tidak mungkin terjadi. Jadi kita berlatih meditasi dengan tujuan untuk menghimpun kecakapan pikiran yang buyar dan menjadikannya satu alat pengamatan dan pemahaman yang kuat.

Faktor 6, usaha benar (*samma vayama*), yaitu usaha yang terus menerus untuk

menyingkirkan berbagai keadaan yang tidak baik yang merintangi konsentrasi, seperti nafsu indriya, kemarahan, kebodohan, agitasi, dan kebingungan. Usaha positif yang sama ialah usaha untuk mengembangkan dan menyempurnakan kualitas-kualitas baik tersebut yang mengkontribusikan kejernihan dan ketenangan batin, seperti kewaspadaan, energi (semangat), sukacita (kegembiraan), ketenangan hati, dan keseimbangan batin.

Faktor 7, kesadaran benar (*samma-sati*), berarti kesadaran yang jernih atau perhatian khusus yang diarahkan ke objek kontemplasi. Buddha telah mengorganisir objek-objek kesadaran menjadi satu set rangkap empat, yang dikenal sebagai empat fondasi kesadaran: tubuh, aneka perasaan, keadaan-keadaan pikiran, dan objek-objek mental.

Usaha benar dan kesadaran benar secara bersama-sama berfungsi untuk memunculkan Faktor 8, konsentrasi benar (*samma-samadhi*). Berbagai teks mendefinisikan konsentrasi benar sebagai empat tahapan *jhana*, pencerapan meditatif yang dalam, yang memuncak di dalam pemusatan pikiran yang sempurna dan ketenangan batin yang dalam.

Adalah salah untuk menganggap bahwa konsentrasi benar menandai akhir dari jalan Buddhis. Konsentrasi benar adalah faktor terakhir dari sang jalan untuk mencapai kematangan, tetapi tentu saja bukan tujuan. Jika konsentrasi telah berhasil distabilkan sepenuhnya, selanjutnya praktisi menggunakan kedelapan faktor dari sang jalan secara bersama-sama untuk membangkitkan kebijaksanaan. Kebijaksanaan adalah pandangan terang langsung ke dalam segala sesuatu sebagaimana mereka sebenarnya. Hal-hal yang dapat ditembus oleh pandangan terang adalah fisik dan batin seperti yang tercakup di dalam "lima agregat yang tunduk pada keterikatan". Apa yang harus kita lihat dengan pandangan terang ialah sifat-sifat sebenarnya dari kelima agregat, yang Buddha ringkaskan dalam "tiga ciri keberadaan": ketidak-abadian, penderitaan, dan tanpa-diri (*anicca, dukkha, anatta*). Kelima agregat yang membentuk makhluk bersifat tidak abadi, selalu berubah, muncul dan lenyap setiap saat; mereka semua terikat oleh penderitaan; dan tak satu pun yang dapat dinyatakan sebagai satu diri yang permanen, mereka "bukan diriku, bukan aku, dan bukan milikku".

Jika pandangan terang menembus lebih dalam ke dalam kelima agregat itu, ia memunculkan tingkat-tingkat pengertian yang lebih dalam dan semakin dalam. Pengertian ini memuncak di dalam visi jernih dari Empat Kebenaran Mulia dalam implikasinya yang dalam dan luas. Pengetahuan yang paling tinggi inilah yang mengeliminasi kotoran-kotoran batin -ketidaktahuan, keinginan rendah, dan pandangan-pandangan salah- dan membuahkan kebebasan pikiran yang sempurna. Kebebasan pikiran ini, buah dari konsentrasi dan kebijaksanaan yang terpadukan, adalah tujuan tertinggi dari ajaran Buddha, untuk direalisasi di sini dan saat ini melalui praktik yang tekun dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan. Tidak semua orang dapat mencapai sasaran akhir dalam satu kehidupan saja, dan keberhasilan merupakan satu persoalan dari latihan bertahap, kemajuan bertahap, dan pencapaian bertahap.

Jalan Mulia Berunsur Delapan, yang baru saja saya jelaskan secara garis besar, merupakan jalan langsung menuju tujuan Buddhisme yang tertinggi, pencapaian Nibbana, kebebasan sepenuhnya dari penderitaan. Akan tetapi Buddha bukan sekadar pemimpin sebuah

kelompok kecil petapa yang meninggalkan kehidupan duniawi yang mencari tujuan tertinggi dengan jalan yang paling cepat dan paling langsung, beliau jauh melebihi itu. Beliau adalah seorang guru dunia. Kitab-kitab mengatakan bahwa Beliau telah muncul di dunia "untuk kesejahteraan dan kebahagiaan orang banyak, karena belas kasihnya kepada dunia, untuk kebaikan, kesejahteraan. Dan kebahagiaan semua umat manusia." Dengan demikian ajarannya bukan hanya mencakup satu jalan perkembangan spiritual untuk para bhikkhu dan bhikkhuni, tetapi juga satu kode ideal mulia untuk mengilhami dan membimbing umat manusia yang hidup di dunia. Ia juga mencakup satu program etika sosial yang menyeluruh dengan aplikasi luas pada kehidupan keluarga, hubungan-hubungan inter-personal, ekonomi dan politik.

Tradisi Buddhis mengatakan bahwa ajaran Buddha dipolakan untuk memenuhi tiga jenis kebaikan: kebaikan yang berhubungan dengan kehidupan sekarang, kebaikan dalam kehidupan yang akan datang, dan kebaikan tertinggi. Yang pertama adalah kesejahteraan dan kebahagiaan di sini dan sekarang ini; yang kedua adalah kelahiran kembali yang bahagia;

yang ketiga adalah Nibbana, kebebasan sepenuhnya dari siklus kelahiran kembali. Sebegitu jauh, dalam penjelasan kami tentang Jalan Mulia Berunsur Delapan, kami telah menekankan jalan menuju kebaikan tertinggi. Sekarang saya secara singkat akan mendiskusikan ajaran-ajaran Buddha tersebut yang lebih berhubungan secara nyata dengan kehidupan awam dan harmoni sosial. Meskipun tujuan-tujuan itu mungkin menempati tempat rendah berdasarkan skala nilai-nilai spiritual daripada tujuan tertinggi, mereka masih sangat diperlukan untuk pemenuhan umat manusia. Hal ini kita tahu dengan sangat baik dari pengamatan terhadap dunia saat ini, dimana orang-orang dilanda oleh pandangan salah tentang materialisme dan berbagai ideologi sempit yang menyebabkan persaingan, konflik, dan kekerasan yang tiada henti.

Nasihat Buddha kepada para muridnya yang awam didasarkan pada premis (dasar pemikiran) bahwa jalan menuju Nibbana merupakan satu jalan yang panjang dan sulit yang mana, bagi kebanyakan aspiran (calon), akan meluas melalui banyak kehidupan yang akan datang dalam samudra samsara yang terus berputar. Karena itu murid-murid yang

belum siap melangkah, yang masih jauh dari jalan pelepasan membutuhkan bimbingan praktis untuk membantu mereka menghadapi aneka masalah dalam kehidupan sehari-hari. Apa yang disebut, di atas semuanya, adalah mengangkat gagasan-gagasan yang akan membawa harmoni dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan pengumpulan karma baik yang mengkondisikan kelahiran kembali yang bahagia.

Konsepsi Buddha tentang perumahtangga yang ideal disimpulkan dalam figur *sappurissa*, "orang super". Orang super adalah laki-laki atau perempuan di dunia yang mengkombinasikan kehidupan keluarga yang sibuk dan tanggungjawab sosial dengan satu komitmen yang dalam dan teguh pada nilai-nilai luhur yang tertanam di dalam Dhamma. Menurut Dhamma, kualitas-kualitas yang membedakan manusia super adalah keyakinan, kebajikan, kemurahan hati, dan kebijaksanaan.

Keyakinan atau saddha, adalah satu kehendak untuk menempatkan kepercayaan pada Buddha sebagai pembimbing spiritualnya dan pada Dhamma sebagai jalannya untuk perkembangan spiritual. Saddha bukan iman

yang buta, tetapi satu keyakinan yang mantap yang didasarkan pada pertimbangan dan investigasi. Keyakinan demikian menjaga pikiran berdiam dengan mantap di dalam nilai-nilai spiritual meskipun peruntungan duniawi terus berfluktuasi. Dikatakan bahwa orang yang punya iman yang benar tidak pernah mengingkari Buddha dan Dhamma meskipun bumi akan terbelah dan langit menurunkan hujan api.

Kebajikan (sila) merupakan perbuatan yang lurus, perbuatan yang dibentuk oleh Lima Peraturan yang membentuk kode moral dasar Buddhisme. Kebajikan dijelaskan dalam aspek negatif sebagai abstain dari pembunuhan, pencurian, pelanggaran seksual, ucapan salah, dan penggunaan berbagai zat yang melemahkan kewaspadaan. Dalam aspek positif kebajikan digambarkan dengan berbagai kualitas hati yang berhubungan dengan Lima Peraturan: belas kasih kepada semua makhluk hidup; kejujuran dalam hubungan dengan sesama; kesetiaan terhadap janji-janji maritalnya dan sikap hormat pada hak-hak orang lain; ucapan yang benar; dan pikiran yang jernih dan tenang.

Ideal ketiga untuk kaum Buddhis awam ialah kemurahan hati (*caga*). Buddha

mengatakan bahwa pengikut awam super adalah dia "yang tinggal di rumah dengan hati bebas dari noda keakuan." Atau dia yang mencintai dengan memberi dan membagikan barang-barang kepada orang lain, yang menolong orang miskin dan papa, dan yang menyokong para bhikkhu dan bhikkhuni dengan berbagai kebutuhan materi yang pokok.

Kualitas luhur keempat pada manusia super ialah kebijaksanaan (*panna*). Kebijaksanaan dimulai dengan pengertian yang jernih tentang perbedaan-perbedaan etis antara perbuatan baik dan buruk, antara keadaan pikiran yang berfaedan dan tidak berfaedah, antara kualitas-kualitas yang membimbing ke atas, pada cahaya (kebajikan) dan kebahagiaan dan kualitas-kualitas yang membimbing ke bawah, ke kegelapan (keburukan) dan penderitaan. Kebijaksanaan matang secara pelahan-lahan, dan memuncak dalam kebijaksanaan pandangan terang, pandangan langsung yang menembus ketidakabadian yang membawa kebebasan dari penderitaan.

Ajaran-ajaran sosial Buddha menekankan harmoni komunal melalui penerapan prinsip-prinsip etis ke dimensi sosial dari kehidupan

manusia. Dengan belas kasih agungnya Buddha sangat mempertimbangkan hubungan-hubungan sosial umat manusia dan memberikan bimbingan yang dipolakan untuk meningkatkan harmoni dan kemakmuran kolektif kita. Bimbingan tersebut digerakkan oleh semangat cinta kasih, belas kasih dan tanpa kekerasan yang merupakan ciri khas Buddhis. Jika diterapkan pada berbagai hubungan manusia yang spesifik, semangat kebajikan universal meletakkan tugas dan tanggungjawab yang tepat yang ditentukan oleh sifat khusus dari hubungan-hubungan tersebut.

Satu gambaran rinci dari program Buddha untuk masyarakat dapat diambil dari Sigalovada Sutta (Digha Nikaya No. 31). Di sini Buddha menganalisis kehidupan sosial menjadi enam pasang hubungan: orang tua dan anak, suami dan istri, majikan dan pembantu (atasan dan bawahan), guru dan murid, teman dan teman, bhikkhu dan perumahtangga. Untuk setiap pasangan, beliau menyebutkan enam tugas yang mana seorang anggota harus laksanakan sepenuhnya terhadap yang lain. Jikalau setiap orang menaati tanggungjawabnya masing-masing, maka akan

terciptalah satu masyarakat yang ditandai dengan harmoni, kedamaian, dan kemauan baik di semua lapisan. Dalam teks-teks lain Buddha menerangkan tanggungjawab negara kepada penduduknya. Teks-teks tersebut menunjukkan Buddha sebagai seorang pemikir politik dan ekonomi yang piawai yang mengerti dengan baik bahwa satu bangsa dapat bertumbuh hanya jika mereka yang berkuasa lebih mengutamakan kesejahteraan rakyat daripada ambisi pribadi mereka sendiri. Ini adalah pelajaran yang harus dipelajari dengan baik oleh para politisi dan orang-orang kaya zaman sekarang.

Untuk menutup diskusi Dhamma ini perkenankanlah saya mengatakan bahwa apa yang sangat mengesankan tentang ajaran Buddha ialah kombinasi dari jajarannya yang menyeluruh dengan konsistensi internal dari tujuan dan prinsip. Dhamma berskala ketinggian realisasi spiritual yang paling mulia, tetapi tidak kehilangan pandangan tentang kebijakan-kebijakan pragmatik yang diperlukan untuk menjamin agar orang-orang dapat menemukan kepuasan dalam kehidupan mereka sehari-hari dan managemen yang efisien dari kehidupan sosial dan politik

mereka. Buddha membawa spiritualitas yang amat dalam dan pragmatisme sosial dibawah peraturan dari seperangkat prinsip yang sama, yang diliputi oleh semangat penegakan moral dan pengertian yang bijaksana akan sifat manusia.

Prinsip-prinsip tersebut didasarkan pada pemahaman bahwa kebebasan spiritual dan harmoni sosial berkembang dari akar yang sama, dan akar itu tak lain adalah pikiran kita. Di antara semuanya itu, pikiran kita lebih dekat dengan kita daripada sesuatu yang lain, tetapi pikiran itu sering kali tersembunyi terlalu dalam, begitu liar, begitu nakal dan destruktif, sehingga batin kita tampak sebagai musuh daripada sahabat kita yang paling intim. Menurut Buddha tugas utama kita dalam kehidupan ini ialah mengerti dan menguasai pikiran melalui praktik Dhamma nan mulia. Dengan demikian kita dapat menjadikan kehidupan kita sebagai sumber berkah bagi diri kita sendiri dan bagi seluruh dunia.

*****

TENTANG PENGARANG

Bhikku Bodhi dilahirkan di New York pada tahun 1944. Meraih gelar BA (Sarjana Stratum Satu) dalam filosofi dari *Brokklyn College* (1966) dan Ph.D (Doktor) dalam filosofi dari *Claremont Graduate School* (1972). Di penghujung tahun 1972 beliau berangkat ke Sri Lanka, dimana beliau ditahbiskan sebagai rahib Buddhis oleh Ven. Balangoda Ananda Maitreya Mahanayaka Thera. Sejak tahun 1984 beliau menjadi editor *Buddhist Publication Society* di Kandy, dan sejak 1988 Beliau menjadi presidennya. Beliau adalah penulis, penerjemah, dan penyunting banyak buku yang berdasarkan Buddhisme Theravada. Yang paling penting dari semua buku-bukunya adalah *The Discourse on the All-Embracing Net of Views* (1978), *A Comprehensive Manual of Abhidhamma* (1993). Beliau juga anggota *The World Academy of Art and Science*.

Kepribadian mulia Buddha telah mengilhami lahirnya sebuah peradaban yang

seluruhnya dibimbing oleh cita-cita etis dan kemanusiaan yang agung, menuju suatu tradisi spiritual yang bersemangat yang telah mempertinggi kehidupan berjuta-juta insan dengan suatu pandangan tentang potensi-potensi tertinggi pada manusia. Figurnya yang lembut dan menawan yang merupakan lambang utama pencapaian-pencapaian besar dapat ditemukan pada semua seni: dalam literatur, lukisan, seni pahat, dan arsitektur.

SenyumNya yang lembut dan sulit ditafsirkan itu telah diceritakan di dalam himpunan besar kitab-kitab suci dan risalah-risalah yang mencoba untuk memahami kebijaksanaanNya yang amat dalam. Dewasa ini, karena Buddhisme menjadi lebih dikenal di seluruh dunia, ia menarik sebuah lingkaran pengikut yang semakin besar dan sudah mulai memberikan suatu dampak yang kuat bagi budaya Barat. Karena itu sungguh tepat apa yang dilakukan Perserikatan Bangsa-bangsa dengan menyediakan satu hari setiap tahun untuk memberikan penghormatan kepada manusia yang memiliki kebijaksanaan unggul dan hati yang tulus ini, yang oleh jutaan orang di banyak negara dipandang sebagai guru dan pembimbing mereka.

Pesan kepada sahabat,

Marilah turut berdana Dhamma dengan memberikan eBook ini kepada saudara atau teman anda. Semoga dana Dhamma anda dapat berguna bagi mereka.

Dhamma Citta